



Yeyin için amma israf eləməyin (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazi Lezzətlər® Azərəcə Yemək Tərifləri

Beyinli Plov

Beyinli Pilav



2 Su stəkani düyü
1 Ədəd dana beyni
1,5 Çay stəkani duru yağ
3 Su stəkani su
1,5 Şiriniyyat qaşığı duz

- # Düyü duzlu, ilıq suda yarım saat gözlədilər, bu vaxt beyin axan soyuq suya tutularaq dərisi sıyırlar.
- # Daha sonra zəri alınan beyin, fındıq böyüklüyündə doğranar.
- # Qazana duru yağ qoyular, qızın tərəfindən suda gözlədildikdən sonra bir neçə dəfə soyuq sudan keçirilərək yuyunmuş, süzölmüş düyü əlavə olunar.
- # Düyü şəffaf və qatı bir hal sahəyə qədər qovrular. Duz və ilıq su qatılar.
- # Ən son doğranmış beyin ən üstə yayılar, qarışdırılmaz, qazanın qapağı bağlanılar.
- # Plov əvvəl orta atəşdə, 10 dəqiqə sonra batıq atəşdə 10 dəqiqə olmaq üzrə 20 dəqiqə bişirilər. Ocaqdan alınar. Qazan ilə qapaq arasına əmici bir kağız qoyular, yarım saat dinləndirilər.
- # Müddət sonunda düyü və beyin əzilmədən plov diqqətlicə qarışdırılar.
- # Arzu edilən şəkildə xidmətə təqdim edilər.

Not: Bir ədəd dana beyni yerinə 3 ədəd qoyun beyni istifadə edilə bilər.