



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

Rəngli Hamsili Plov

Renkli Hamsili Pilav



Yarım kq. hamsi Balıq
2 Su stəkanı düyü
1 Ədəd quru soğan
1 Ədəd yekə kartof
1 Ədəd kök
1 Çay stəkanı ay çiçək yağı
1 Çorba qaşığı pomidor sousu
2 Şiriniyyat qaşığı duz
Yarım şiriniyyat qaşığı qara bibər
2,5 - 3 Su stəkanı su

Düyü ayırd ediyər, duzlu isti suya isladılar, ən az yarım saat gözlədilər. Hamsilerin baş və kılçıqları çıxarılır, yuyunur, süzəcə qoyular, suyu yaxşıca süzülər.

Bir qazana ay çiçək yağı qoyular, istiləncə incə doğranmış quru soğan əlavə olunur.

Soğan şəffaflaşınca kiçik küp şəkildə doğranmış kök, 5 dəqiqə sonra eyni şəkildə doğranmış kartof əlavə edilir.

Qazanın qapağı bağlı olaraq, orta atəşdə 10 dəqiqə qədər bişirilər, sous qoyular.

Daha sonra hamsi əlavə olunur, bir neçə dəfə çevrildikdən sonra yuyunmuş, suyu süzölmüş düyü qatılır.

Çox qarışdırmadan duz və qara bibər səpilir. Kartofun su çəkmə vəziyyəti göz qarşısında saxlayaraq 2,5 -3 su stəkanı su əlavə olunur.

Rəngli hamsili plovun qapağı bağlanılır. Əvvəl orta atəşdə 10 dəqiqə, sonra batıq atəşdə 12 dəqiqə olmaq üzrə 22 dəqiqə bişirilər.

Atəşdən alınır, qapaq ilə qazan arasına əmici bir kağız bağlanılır. Yarım saat dinlən/istirahət etdikdən sonra, yüngülcə qarışdırılır, süfrəyə gətirilər.

Not: Hamsi tez bişən bir balıq olduğu üçün əvvəldən bişirməyə ehtiyac yoxdur.