



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

Gül kələmli Plov

Karnabaxarlı Pilav



2 Su stəkanı düyü
2 Kompot kasası ayırd edilmiş gül kələm
1 Ədəd orta boy quru soğan
3 Diş sarımsaq
2 Ədəd iti bibər
5 Çorba qaşığı zeytunyağı
3 Su stəkanı suyu ya da su
1,5 Şiriniyyat qaşığı duz
1 Şiriniyyat qaşığı şirin qırmızı toz bibər
Yarım şirin qaşığı qara bibər

- # İlk əməliyyat olaraq düyü, isti, duzlu suya yarım saat isladılar.
- # Qazana zeytunyağı qoyular, orta atəşdə istiləncə incə qıyılmış soğan və sarımsaq əlavə olunar. Soğan şəffaflaşana qədər qovrulur.
- # Kiçik parçalara ayrılmış, yuyunmuş gül kələm və kibrit zibili şəklində doğranmış iti bibər qazana əlavə edilir.
- # Qarışıq bir neçə dəfə çevrilər, üzərinə 3 su stəkanı ət suyu ya da su və qırmızı toz bibər qatılar, 10 dəqiqə bişirilər.
- # Müddət sonunda qaynayan qarışığa gözləmiş, bol suda yuyunmuş, süzölmüş düyü və duz əlavə olunar.
- # Qazanın qapağı bağlanılar, əvvəl orta atəşdə 5 dəqiqə sonra batıq atəşdə 15 dəqiqə olmaq üzrə 20 dəqiqə bişirilər.
- # Plovun dəmlənməsi üçün qapaqla qazan arasına kağız dəsmal qoyular, yarım saat gözlədilər.
- # Xidmət etmədən dərhal əvvəl qarışdırılar, isti olaraq süfrəyə gətirilər.

Not: Bu plov gül kələm yerinə eyni miqdar brokoli istifadə edilərək də hazırlana bilər