



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

Sobada Pomidorlu Plov

Fırında Domatesli Pilav



- 2 Su stəkanı düyü
- 2 Ədəd orta boy quru soğan
- 4 Ədəd orta boy pomidor
- 2 Ədəd çarliston bibəri
- 2 Parça dil pendiri
- 8 Çorba qaşığı ay çiçək yağı
- 1 Şiriniyyat qaşığı qara bibər
- 2 Şiriniyyat qaşığı duz
- 2,5 Su stəkanı su
- Üzəri Üçün;
- 1 Su stəkanı rəndə kaşar pendir

- # Düyü ayırd ediyər, dərin bir kobud qoyular, üzərinə bir az duz və isti su əlavə olunar, ən az yarım saat gözlədilər. Daha sonra duru sudan bir neçə dəfə keçirilər.
- # Bir qazana ay çiçək yağı qoyular, orta atəşdə istiləncə çox incə yeməli doğranmış quru soğan əlavə olunar. Soğanlar yaxşıca kiçilənə qədər qovrular.
- # Üzərinə hazırlanmış düyü əlavə edilər, 2 - 3 dəqiqə qovrular. Daha sonra toxumları mənfəətlimli, incə doğranmış çarliston bibəri, qabıqları soyulmuş, zər şəklində doğranmış, pomidor, duz və qara bibər əlavə olunar, düyülər əzilmədən qarışdırılır, dərhal atəşdən alınar.
- # Orta böyüklükdə bir soba kabına pomidorlu düyünün yarısı yerləşdirilər. Üzərinə uzunlamasına parçalara ayrılmış dil pendiri yerləşdirilər.
- # Dil pendirinin üzərinə də qalan pomidorlu düyü yayılır. Plovun suyu verildikdən sonra ən üstə rəndə kaşar səpilər.
- # Əvvəldən isidilmiş 200 dərəcə sobada ən az yarım saat bişirilər.
- # İsti olaraq xidmətə təqdim edilər.

Not: Bu plovda pendir istifadə edildiyi üçün, et/ət suyu istifadə edilməsi tövsiyə edilməz.