



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

İspanaqlı Plov

İspanaklı Pilav



- 2 Su stəkani düyü
- 1 Ədəd kiçik quru soğan
- 1 Kiçik dəstə ispanaq
- 1 Çay stəkani duru yağ
- 1 Şiriniyyat qaşığı pomidor sousu
- 1 Şiriniyyat qaşığı duz
- 3,5 Su stəkani su ya da ət suyu

- # Qazana duru yağ qoyular, istilənincə çox incə doğranmış quru soğan və duz atılar. Soğan şəklini itirib, kiçilənə qədər qovrulur.
- # Üzərinə ılıq suda gözləndirmədən bol suda yuyunmuş, süzölmüş düyü əlavə olunur, 5 dəqiqə qovrulur.
- # Daha sonra su ya da ət/ət suyu əlavə olunur. Qazanın qapağı bağlı olaraq əvvəl sürətli atəşdə 5 dəqiqə, sonra batıq atəşdə 15 dəqiqə olmaq üzrə 20 dəqiqə bişirilə.
- # Qazan ilə qapaq arasına əmici bir kağız qoyular, ən az yarım saat dinləndirilə.
- # Bu vaxt qazana 2 şorba qaşığı duru yağ və yuyunmuş incə qiyılmış ispanaq qoyular, qarışdırırlar, qapağı bağlanırlar. Batıq atəşdə 20-25 dəqiqə bişirilə, atəşdən alınar.
- # Dəmlənən plov üçə bölünə. Birinci hissəyə bişən ispanaq əlavə olunur, diqqətlicə qarışdırırlar. İkinci hissəyə yarım qəhvə fincanı su ilə sulandırılmış sous qatırlar, qarışdırırlar. Üçüncə hissə plova hər hansı bir vəsait əlavə olunmaz.
- # Kiçik bir nimçə ya da keks qəlibi isladılar. Əvvəl ispanaqlı plov yüngül basdıraraq qoyular. Sonra üzərinə sadə plov, daha sonra souslu plov basdıraraq yerləşdirilə.
- # Plov qəlibi ilə birlikdə əvvəldən isidilmiş 180 dərəcə sobada 10-15 dəqiqə daha bişirilə. Düz xidmət qabına tərs çevrilə.

Not: Plova üçüncü rəng olaraq bir ədədt qovrulmuş, kiçik kök də əlavə oluna bilər.