



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

## Badamlı Yarma Plovu

Bademli Bulgur Pilavı



2,5 Su stəkani plovluq yarma  
1 Su stəkani noxud  
1 Çay stəkani qırmızı mərcimək  
2 Ədəd çarliston bibəri  
4 Ədəd təzə soğan  
1 Ədəd orta boy quru soğan  
7 Çorba qaşığı sıvıyağ  
1 Şiriniyyat qaşığı qırmızı marka bibər  
4,5 Su stəkani ət suyu  
2 Şiriniyyat qaşığı duz  
Üzəri Üçün;  
1 Çay stəkani iç badam  
1 Çorba qaşığı kərəyağı

# Qazana duru yağ və incə qıyılmış quru soğan qoyular. Orta atəşdə soğan şəffaflaşana qədər qovrulur.  
# Üzərinə incə etmiş çarliston bibər və incə doğranmış təzə soğanın ağ qisimi əlavə edilir, bir neçə dəfə çevrilir.

# Daha sonra yuyunmuş süzölmüş yarma, qırmızı mərcimək, qaynadılmış noxud və təzə soğanın incə doğranmış yaşıl qisimi qatılır.

# Yarma sərtləşənə qədər qovurduqdan sonra, qırmızı marka bibər, duz və ət suyu əlavə olunur, qarışdırılır, qazanın qapağı bağlanılır.

# Plov əvvəl orta atəşdə 10 dəqiqə, sonra batıq atəşdə 15 dəqiqə olmaq üzrə 25 dəqiqə bişirilir. Atəşdən alınır, qazanın qapağı açılmadan ən az yarım saat dinlən/istirahət etdirilir.

# Bu vaxt badamların iç qabıqları çıxarılır. (İç badamlar bir neçə dəqiqə qaynadılır, daha sonra incə qabıqları çəkərək çıxarılır.) Badam, kərəyağında çəhrayılana qədər qovrulur.

# Dəmlənən plov xidmət qabına qoyular, üzərinə qovrulmuş badam səpilərək süfrəyə gətirilir.

**Not:** Badam yerinə yer fıstığı ya da ərək nüvəsi istifadə edilə bilər.