



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

Tərəvəzli Yarma Plovu

Sebzeli Bulgur Pilavı



2 Su stəkani plovluq yarma
1 Su stəkani göy noxud konservi
1 Ədəd orta boy kartof
1 Ədəd orta boy kök
1 Ədəd orta boy quru soğan
Yarım su stəkani duru yağ
1 Çorba qaşığı sous
4 Su stəkani su ya da ət suyu
1,5 Şiriniyyat qaşığı duz

- # Qazana duru yağ qoyular, orta atəşdə istilənincə incə qıyılmış soğan əlavə olunur, yumşalana qədər qovrulur.
- # Üzərinə tovla pərdəs(n)i şəklində doğranmış kök əlavə edilir, 10 dəqiqə qədər qovrulur.
- # Daha sonra yenə tovla pərdəs(n)i şəklində doğranmış kartof əlavə olunur, 5 dəqiqə daha qovrulduqdan sonra suyu süzölmüş göy noxud konservi qatılır.
- # Vəsaitlər bir neçə dəfə çevrildikdən sonra sous ilə duz əlavə edilir. Sousun qoxusu gedincə 4 su stəkani su ya da ət suyu qoyular, qaynamağa buraxılır.
- # Qaynama nöqtəsinə gələn qarışıq yuyunmuş, suyu süzölmüş yarma əlavə olunur, qazanın qapağı bağlanılır.
- # Plov əvvəl 5 dəqiqə orta atəşdə, sonra 15 dəqiqə batıq atəşdə olmaq üzrə cəmi 20 dəqiqə bişirilər.
- # 15 - 20 dəqiqə dinlən/istirahət etdirildikdən sonra yüngölcə qarışdırılır, arzu edildiyi şəkildə xidmət edilir.

Not: Ümumiyyətlə yarma plovları istehsalında, yarma əvvəldən isladılmaz.