



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

Sobada Yarma Plovu

Fırında Bulgur Pilavı



2 Su stəkanı plovluq yarma
150 qr. dana quşbaşı
1 Ədəd iri quru soğan
2 Ədəd iti bibər
2 Ədəd təzə soğan
9 Çorba qaşığı ay çiçək yağı
1 Çorba qaşığı sous
1 Ədəd pomidor
Yarım şirinəyyat qaşığı qara bibər
2 Şirinəyyat qaşığı duz
3 Su stəkanı su

Qazana ay çiçək yağı qoyular, orta atəşdə istiləninçə quşbaşından daha kiçik doğranmış dana əti əlavə olunar, qovrulur.

Ət, sununu salıb çəkinçə incə doğranmış quru soğan və toxumları çıxarılmış, incə doğranmış iti bibər birlikdə əlavə olunar.

Soğan şəffaflaşınca sous və yuyunmuş yarma əlavə edilər. Yarma sərt bir konsistensiya sahəyə qədər qovrulur.

Qarışığa ən son incə doğranmış təzə soğan, qabığı soyulmuş, tovla pərdəs(n)i şəklində doğranmış pomidor, duz və qara bibər qatılar, bir neçə dəfə çevrilər, atəşdən alınar.

Orta böyüklükdə soba kabına plov qarışığı tökülər, qaşığın arxasıyla yüngül basdıraraq yerləşdirilər. Üzərinə 3 su stəkanı isti su gəzdirilər.

Soba kabının üzəri alüminium folyo ilə möhkəmcə bağlanılar. Plov əvvəldən isidilmiş 200 dərəcə sobaya verilər.

Yarma plovu ilk 20 dəqiqə 200 dərəcədə, sonra 15 dəqiqə 185 dərəcədə olmaq üzrə 35 dəqiqə bişirilər.

Sobadan çıxdıqdan sonra üzəri açılmadan 20 dəqiqə dinləndirilər. İsti olaraq süfrəyə gətirilər.

Not: Bu plov Anadoluda daş sobada bişirilər.