



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

Özbək Plovu

Özbek Pilavı



2 Su stəkanı düyü
2 Ədəd orta boy kök
1 Ədəd böyük quru soğan
250 qr. quşbaşı ət
4 Dış sarımsaq
1 Çay stəkanı nüvəsiz kişmiş
Yarım çay qaşığı yenibahar
Yarım çay qaşığı tarçın
1,5 Şirinəyyat qaşığı duz
1 Şirinəyyat qaşığı qara bibər
3 Su stəkanı ət suyu
1 Çay stəkanı ayçiçək yağı
1 Çorba qaşığı kərəyağı

Quşbaşı ət yağ əlavə olunmadan, orta atəşdə sununu buraxıb çəkənə qədər qovrular. Üzərinə 3 su stəkanı su əlavə olunur, yumşalana qədər qaynadılar.
Bu vaxt düyü, ılıq limonlu, duzlu suda isladılar. Quru soğan incə yeməli doğranar. Sarımsaqlar qabıqlarıyla yuyunur. Köklər kibrit zibili şəklində doğranar. Kişmiş suya isladılar.
Qaynadılan ət süzgəcə çıxarılır, suyu 3 su stəkanından az qaldısa üzərinə su əlavə olunaraq tamamlanar.
Qazana güəbaxan yağı və kərəyağı qoyular, sürətli atəşə yerləşdirilər. Üzərinə soğan əlavə olunur, şəffaflaşana qədər qovrular.
Daha sonra kök və qabıqlı sarımsaq atılır, davamlı qarışdıraraq köklər sununu buraxıb çəkənə qədər qovrular.
İçinə suda gözləldikdən sonra soyuq suda nişastasız gedənə qədər yuyunmuş və süzölmüş düyü qatılır, 5 dəqiqə qədər qovrular.
Üzərinə kişmiş, duz, qara bibər, yenibahar, tarçın, qaynadılmış ət və 3 su stəkanı ət/ət suyu qoyular, qarışdırılır, qazanın qapağı bağlanılır.
Plov orta atəşdə 10 dəqiqə daha sonra batıq atəşdə 10 dəqiqə olmaq üzrə 20 dəqiqə bişirilər, atəşdən alınar. Qazan ilə qapaq arasına əmici bir kağız yerləşdirilər, yarım saat dinlən/istirahət etdirilər.
Plov əzmədən qarışdırılır, xidmət qabına alınar.

Not: Özbək plovunun dəyişik qaynaqlarda fərqli tərifləri var. Təvazökar Ləzzətlərdə iştirak edən Özbək Plovu, Özbəkistanlı bir baş aşpazın orijinal tərfi əsas alınaraq hazırlanmışdır.