

Tavuklu Nohutlu Şehriye Pilavı

Toplam 40 dk Hazırlama 15 dk · Pişirme 25 dk 4 kişilik Kolay ~318 kcal Açılış 7/10

Tavuklu nohutlu şehriye pilavı Anadolu sofrasında sevilen tek tencere yemeklerinden. Arpa şehriyenin tereyağında kavrulması nohutun tokluğu ve tavuğun hafifliğiyle birleşiyor; akşam telaşında hafta sonu masasında uyum sağlıyor.

Malzemeler

- 450 gr Tavuk göğsü
- 1.5 su bardağı Arpa şehriye
- 1 su bardağı Haşlanmış nohut
- 2.5 su bardağı Su
- 1 adet Kuru soğan
- 2 diş Sarımsak
- 1 yemek kaşığı Domates salçası
- 2 yemek kaşığı Tereyağı
- 1 tatlı kaşığı Tuz
- 0.5 tatlı kaşığı Karabiber

Yapılışı

- Tavuk göğsünü 2 cm küpler halinde doğrayın tuz ve karabiberle baharatlayın Soğanı ince kuyun.
- Tencerede tereyağı eritin; soğanı brta ateşte 4 dakika pembeleştirin, ezilmiş sarımsak ve salçayı ekleyip 1 dakika kavurun.
- Tavuk küplerini ekleyip rengi dönene kadar 5 dakika sotelendirin.
- Arpa şehriyeyi ekleyip 3-4 dakika çevirerek altı rengi alana kadar kavurun.
- Haşlanmış nohut, 2.5 su bardağı sıcak su ve karabiberi ekleyin; kapağı kapalı şekilde 15 dakika suyunu çekene kadar pişirin.
- Ocaktan alınıp üzerine temiz havlu örtüp 10 dakika dinlendirin; çatalla havalandırıp servis edin.

PÜF NOKTASI

Şehriyeyi soğan kavrulurken yakmadan, sürekli karıştırarak altı ınege getirin; aşırı kararmış pilav buruk olur. Suyu mutlaka sıcak ekleyin, soğuk su pişirme süresini uzatır.

SERVİS ÖNERİSİ

Yanında sıcak yeşillikli mevsim salatasıyla servis edin.

Alerjenler

Gluten

Süt