PETITE GOURMETS

TÜRK

Hamsili Pilav

Karadeniz bölgesinden geleneksel Türk hamsili pilavı. Taze hamsi, otlar ve baharatlarla katmanlanmış kokulu pilav - otantik tarif.

1h	40 min	1h 40min	4	Hard
HAZIRLIK	PIŞIRME	TOPLAM	PORSIYON	ZORLUK

Malzemeler

- 2 bardak hamsi
- 2 bardak pirinç
- 2 bardak su
- 3 çay kaşığı kuş üzümü
- 3 çay kaşığı dolmalık fıstık
- 3 çay kaşığı kuru üzüm
- 0.5 yemek kaşığı kuru nane
- 1 çay kaşığı karabiber
- 2 yemek kaşığı tereyağ
- 1 yemek kaşığı tuz

Yapılışı

1. **Pirinci hazırlayın**

   2 su bardağı pirinci soğuk suda, ellerinizle karıştırarak su berraklaşana kadar yıkayın. İnce gözenekli süzgeçte iyice süzün ve bir kenara koyun.

2. **Hamsileri hazırlayın**

   Hamsileri başlarını çıkarıp parmaklarınızla iç organlarını nazikçe çekerek temizleyin. Soğuk akan su altında durulayın ve kağıt havlu ile tamamen kurulayın.

3. **Fırını ısıtın ve kabı hazırlayın**

   Fırınınızı 200°C'ye ısıtın. Büyük bir fırın kabını (yaklaşık 23x33cm) 1/2 yemek kaşığı tereyağıyla yağlayın.

4. **Pirinç karışımını yapın**

   Büyük bir kapta süzülmüş pirinci 3 çay kaşığı kuş üzümü, 3 çay kaşığı çam fıstığı, 3 çay kaşığı doğranmış taze nane ve 1 çay kaşığı tuzla karıştırın. Eşit dağılana kadar ellerinizle iyice karıştırın.

5. **Pirinci kısmi pişirin**

   Büyük, kalın tabanlı tavada 2 yemek kaşığı zeytinyağını orta ateşte ısıtın. Pirinç karışımını ekleyin ve sürekli karıştırarak 3-4 dakika pirinç hafifçe kavrulup kokusu çıkana kadar pişirin.

6. Pirinçe 2 su bardağı sıcak su ekleyin ve kaynatın. Ateşi kısın, kapağını kapatın ve pirinç suyun çoğunu emip hala hafif sert olana kadar 10 dakika kısık ateşte pişirin.

7 **Yemeği birleştirin**

Yarı pişmiş pirinci hazırladığınız fırın kabına aktarın ve düzgün yayın. Temizlenmiş hamsileri pirincin tüm yüzeyini kaplayacak şekilde üst üste gelecek sıralar halinde dizin.

8 Kalan 1 yemek kaşığı tereyağını eritin ve hamsilerin üzerine eşit şekilde gezdirin. Kabı alüminyum folyo ile sıkıca kapatın.

9 **Bake**

Pirinç çatalla delindiğinde yumuşak olana ve hamsiler kolayca ayrılana kadar 35-40 dakika pişirin. Folyoyu çıkarın ve üst kısım hafifçe altın rengi olana kadar 5 dakika daha pişirin.

10 Servis etmeden önce 5 dakika dinlendirin. Fırın kabından sıcak servis yapın.

Besin Değerleri

320	18g	45g	8g	2g	6g	580mg
KALORI	PROTEIN	KARBONHIDRAT	YAĞ	LIF	ŞEKER	SODYUM

Porsiyon başına

İpuçları

Hamsileri başlarını ve iç organlarını çıkararak temizlerken balığı mümkün olduğunca bütün tutmaya özen gösterin - bu daha iyi sunum sağlar ve pişirme sırasında balığın dağılmasını önler.

Fazla nişastayı gidermek için pirinci soğuk suda suyu berraklaşana kadar yıkayın, bu pilavın yapışkan olmasını önler.

Kuş üzümünü kullanmadan önce 10 dakika ılık suda bekletin ki kabarıp bitmiş yemekte daha yumuşak olsun.

En otantik ve çekici sunum için hamsileri kiremit dizimi gibi üst üste gelecek şekilde sıralar halinde dizin.

Fırın kabını buharı hapsetmek ve eşit pişirme sağlamak için folyo ile sıkıca kapatın - bu üst kısmın kurumasını önlerken pirinç tamamen pişer.

Lezzetlerin oturması ve pirincin kalan sıvıyı tamamen emmesi için fırından çıkardıktan sonra pilavı 5-10 dakika dinlendirin.

Derin olanı yerine geniş, sığ bir fırın kabı kullanın ki ısı eşit dağılsın ve hem pirinç hem balık düzgün pişsin.

Pişip pişmediğini kontrol etmek için bir hamsiyi nazikçe kaldırın - kolayca ayrılmalı ve alttaki pirinç yumuşak olmalı, sert merkezi kalmamalı.