



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BADEMLİ KIZARMIŞ PİLAV

www.asyagurme.com

- 1 Su Bardağı Yasemin Pirinci (Uzun Taneli Pirinç)
- 1 Avuç Çiğ Badem, Kavrulmuş
- 1 Adet Yumurta, Çırpılmış
- 1 Tatlı Kaşığı Yeşil Soğan, İnce doğranmış
- 1 Yemek Kaşığı Havuç, İnce doğranmış
- 1 Yemek Kaşığı Taze Fasulye, İnce doğranmış
- 1 Yemek Kaşığı Ayçiçek Yağı
- 1 Yemek Kaşığı Soya Sosu

Bir tencerede 1 su bardağı yıkanmış pirince 1.5 su bardağı su ilave edin ve kapağını kapatıp, yüksek ateşte kaynamaya bırakın. Kaynadıktan sonra kısık ateşte yaklaşık 10-12 dakika suyunu çekene dek pişirin. Pişen pilavı bir kenara alın ve kapağını açmadan 10-15 dakika kendi buharında demlenmeye bırakın.

Bademleri 1 dakika kadar yüksek ateşte kavurun. Soğuması için bir kenarda bekletin.

Bir sos tenceresinde bir miktar su kaynatın. Taze fasulyeleri ilave edin ve 1 dakika kadar haşlayıp, çıkartın.

Ayçiçek yağını wok tavada ısıtın. Çırpılmış yumurtayı ilave edin ve orta dereceli ateşte karıştırarak pişirin.

Ardından pişen pilavı, kavrulmuş bademi, yeşil soğanları, havuçları ve taze fasulyeleri wok tavaya ilave edin.

Tüm malzemeleri iyice karıştırdıktan sonra son olarak soya sosunu ilave edin. Yaklaşık 2 dakika pişirip, ocaktan alın.

