



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com](http://BanuAtabay.in.lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

DENİZ ÜRÜNLÜ PİLAV

2 su bardağı pirinç
300 gr ayıklanmış balık
300 gr dondurulmuş kalamar
1 çay bardağı sıvıyağ
1 soğan
1 diş sarımsak
1 çay bardağı domates püresi
2.5 su bardağı sıcak su
3-4 dal maydanoz
1 çorba kaşığı tereyağı
Tuz
Karabiber

Pirinci tuzlu sıcak suda yarım saat bekletin. Süzüp bol suda durulayın. Kalık ve kalamarları doğrayın. Sıvıyağı tavada kızdırın. Soğan ve sarımsağı kıyıp sıvıyağda pembeleştirin. Pirinç, balık ve kalamarları ilave edip hafifçe kavurun. Domates püresini ekleyip kanştırın. Sıcak su, tuz ve karabiber ekleyip kapağını kapatın. Kaynamaya başlayınca ateşi kısın ve suyunu çekinceye kadar pişirin. Tencerenin üzerine kağıt havlu örtüp kapağını kapatın ve 5 dakika dinlendirin. Maydanozu kıyıp tereyağı ile birlikte pilava ilave edin. Harmanlayıp sıcak olarak servis yapın.