



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KIYMALI SEMİZOTU

1 kilo semizotu
1 çorba kaşığı domates salçası
2 çorba kaşığı tepelme yağ
1/2 tatlı kaşığı tuz
Az karabiber
2 adet ince doğranmış soğan
2,5 su bardağı et suyu (yoksa su)
200 gram yağsız kıyma
1/2 kahve fincanı pirinç

- 1) Semizotunun köklerini kesip 4 parçaya ayırarak 4-5 defa suda yıkayıp süzdünüz.
 - 2) Semizotlarını bol kaynar suda 3-4 dakika haşlayıp soğuk su ile soğutarak süzdünüz ve sıkarak bir tabağa çıkarınız.
 - 3) Küçük bir tencereye yağı koyup kızdırınız. Soğanı ilâve ederek 2 dakika karıştırarak kavurunuz.
 - 4) Kıymayı ilâve edip, 3-4 dakika karıştırınız. Kavurduktan sonra salçasını ilâve ederek üstüne de semizotunu ilâve ediniz.
 - 5) Tuzunu, suyunu ve karabiberini de ilâve ettikten sonra ağır ateşte 30 dakika pişmeye bırakınız.
 - 6) Pirinci ıslayıp yıkadıktan sonra semizotunun üstüne ilâve ediniz. 30 dakika daha pişirip servis yapınız.
-