



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PIRASALI VE ÜÇ TAHILLI PİLAV

- 1 ay bardağı arpa şehriye
- 1 ay bardağı pirinç
- 1 ay bardağı bulgur
- 1 ay bardağı sıvı yağ
- 4,5 çay bardağı su
- 1 adet pırasa
- 1 adet kuru soğan
- 1 adet domates
- 2 ay kaşığı tuz
- 1 ay kaşığı kırmızı pul biber
- ½ demet maydanoz

Sıvıyağı bir tencerede ısıtalım ve arpa şehriyeyi kavuralım. Kuru soğanı ve pırasayı ince ince kıyıp, rengi koyulaşmış arpa şehriyeye katalım ve soteleyelim. Pırasalar yumuşayınca yıkayıp süzdüğümüz pirinci, bulguru ve rendelenmiş domatesi ilave edelim. Suyu, tuzu ve kırmızı pul biberi de ekleyelim. Suyunu çekince incecik kıydığımız maydanozları koyup demlenmeye bırakalım. Ardından servise sunalım.

