



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BEZELYELİ HAVUÇLU PİLAV

Milli Eğitim Bakanlığı
Mesleki Eğitim ve Öğretim Sisteminin Güçlendirilmesi Projesi
Ankara 2006

2 su bardağı pirinç
4 su bardağı et suyu
1 adet havuç
1 su bardağı bezelye
1 küçük patates
1/2 su bardağı sıvı yağ
2 çorba kaşığı tereyağı
Tuz

Havuç ve patateslerin kabuklarını soyup tavla zarı büyüklüğünde doğrayınız.

Bezelye, havuç ve patatesi tuzlu suda kapağı açık olarak 10 dk haşlayınız.

Haşlanmış sebzeleri şoklayın.

Islatılıp yıkanmış pirinci tereyağı ve sıvı yağ ile kavurun. Etsuyu ve tuz ekleyiniz. Bezelye, havuç ve patatesi pirinçlerin üzerine ekleyerek pilavı pişirin ve demlendiriniz.

Not: Et suyu olarak tavuk suyu da kullanılabilir. Bezelye mutlaka tuzlu suda haşlanmalıdır.
