



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BROKOLİLİ PİLAV

Gerekli malzeme 4 kişilik

150 gr brokoli

1.5 su bardağı tavuk suyu

2 diş sarımsak,

1 soğan

1 salçalık kırmızı biber

2 çorba kaşığı zeytinyağı

1 su bardağı pirinç

Yarım su bardağı rendelenmiş parmesan peyniri

Tuz,

Karabiber

Kırmızı tozbiber

Tavuk suyunu bir tencereye alıp sarımsak, kırmızı tozbiber ve tuz ekleyerek orta ateşte kaynamaya bırakın. Su kaynayınca ateşi kısıp 2-3 dakika pişirin.

Pirinci tuzlu suda yarım saat bekletin. Akar su altında yıkayıp süzün. Salçalık biberleri yıkayıp ince ince doğrayın.

Soğanı ince ince kıyın. Zeytinyağını bir tencerede kızdırıp biber ve soğanı kavurun. Pirinci ekleyip karıştırarak

3-4 dakika daha kavurun. T Kaynamış tavuk suyunu tencereye ilave edin. Küçük parçalara bölünmüş brokoliyi

ekleyin. Pirinç yumuşayınca tencereyi ateşten alın. Üzerine parmesan peyniri ekleyip karabiber serpin. Sıcak

olarak servis yapın.