



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BUĞDAY PİLAVI

<https://www.elele.com.tr>

2 su bardağı aşurelik buğday
1 su bardağı nohut
2 soğan
100 g yağlı kemikli kuzu eti
2 yemek kaşığı domates salçası
Tuz
Üzeri için:
60 g tereyağı

Nohudu ve buğdayı bir gece önceden ıslatın. Islama suyunu süzüp kemikli kuzu etini buğdayın üzerine ekleyin. 3-4 parmak üzerine çıkacak kadar soğuk su ilave edip kapağı açık olarak kaynatın. Suyu çekmeye başladıktan sonra kıyılmış soğanı, salçayı ve tuzu ilave edin. Kapağını hiç açmadan 1.5-2 saat kadar pişirin. Piştikten sonra 10 dakika dinlendirin. Üzerine eritilmiş tereyağını dökerek servis yapın.

