



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DÖVME PİLAVI

1 ay bardağı nohut
2 su bardağı aşurelik buğday
1 ay bardağı fasulye
5 adet domates
5 adet yeşil biber
2 adet soğan
4 yemek kaşığı tereyağı

Buğdayı, nohudu ve fasulyeyi ayrı ayrı tencerelerde akşamdan ıslatın. Sonra hepsini bir tencereye alarak üzerine 3 parmak geçecek kadar su koyun. Tuz ekleyin ve suyunu çekene kadar pişirin. Soğanları küp küp doğrayın ve bir tavada tereyağını eritin. Küp küp doğranan soğanları sararana kadar kavurun. Domateslerin kabuklarını soyun, küp küp doğrayın ve soğana ekleyin. Hazırlanan domatesli harcı fasulye-nohut-bulgur karışımına ilave edin ve iyice karıştırın. Tuz ve karabiber serpererek servis yapın.
