



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

EĞŞİLİ PİLAV (DADAY KASTAMONU)

Kuzey Anadolu Kalkınma Ajansı

- 1 Kase (0,4 kg) İri dişli Siyez Bulguru
- 1/2 Tutam (Maydanoz Bağı) Isırgan otu (yeşil)
- 1/2 Tutam Ebegümeci (yeşil)
- 1/2 Tutam Dereotu (yeşil)
- 1/2 Tutam Taze nane
- 1/2 Tutam Maydanoz
- 2 Adet Büyük Boy Kuru soğan
- 0,4 kg Yoğurt
- 1 Adet Yumurta
- 1 Çay Kaşığı Karabiber, pul kırmızı biber
- 1 Tatlı Kaşığı Tuz
- 1 Yemek Kaşığı Salça
- 1 Yemek Kaşığı Tereyağı

Siyez Bulguru güzelce yıkanır, tencereye konur ve su ilave edilir.

İki parmak kadar taşma payı bırakılır. Bulgur 15 dakika kadar pişirilir.

Yeşillikler peşi sıra atılır. Beş dakika kadar da yeşillikler bulgur ile pişirilir.

Yumurta yoğurda ilave edilerek çırpılır. Bulgur ve yeşillik karışımına eklenerek 5 dakika daha kaynatılır.

Ayrı bir tavada tereyağı eritilir, doğranmış soğanlar kızgın yağa atılarak pembeleşene dek kavrulur.

Sonrasında bir yemek kaşığı salça ilave edilir. Kavrulan tereyağı ve salça sosuna 1 çay kaşığı kuru nane eklenir ve tencereye ilave edilir.

Sürekli karıştırılarak 5 dakika pişirilir.

1 çay kaşığı tuz ilave edilir, pul biber ve karabiber eklenir. Sıcak şekilde servis edilir.

Yöresel yemek olduğu için genelde misafire ikram edilir.

Not: Eğşili (ekşili) Pilav Kastamonu'da mâl olmuş taze otların doğada bolca bulunduğu mevsimde yüzyıllardan günümüze yapılagelmiştir.