



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ETLİ NOHUTLU ARPACIK SOĞANLI PİLAV

Yarım kilo sotelik dana eti  
25 tane arpacık soğan  
55 gr tereyağı  
1 buçuk su bardağı haşlanmış nohut  
3 su bardağı pirinç  
1 kaç damla limon  
1 çay kaşığı karabiber  
1 çay kaşığı tuz

Öncelikle pirincimizi 2 yemek kaşığı tuz atıp sıcak suyla yarım saat kadar ıslatıyoruz. Etimizi yıkayıp 2 su bardağı kadar suda biraz köpüğü çıkana kadar kaynatıp, süzuyoruz (Böyle yapmazsanız pilavınıza siyah su çıkar, rengi güzel olmaz). Pilav tenceremize tereyağı koyup eritiyoruz. Çok az haşlayıp, yıkadığımız etlerimizi ısınan yağımıza koyup kavurmaya başlıyoruz. Çok kısık ateşte etlerimizin suyunu salıp tekrar çekmesini sağlıyoruz. Bir taraftan soğanlarımızı soyuyoruz (Soğanlarımızı soyarken kök kısımlarını hemen dibinden kesin. Derin alırsanız soğanlar kızarıırken dağılır). Pişmesine yakın etlerimize soğanlarımızı ilave ediyoruz. Soğanlarımız da kızardığında 1 kaşık tereyağımızı, karabiber ve tuzunu ilave edip altını kapatıyoruz. Tenceremizin dibinde etlerimizi düzleyip, iyice yıkadığımız pirinçlerimizi üzerine yayıyoruz. Haşlanmış nohutlarımızı da üzerine yayıyoruz. 3 bardak pirince 3 buçuk bardak su kaynatıp, pirinçleri dağıtmadan yavaşça döküyoruz (Tavuk suyu da kullanabilirsiniz). Üzerine 1 kaç damla limon sıkıyoruz. Kısık ateşte pilavımızı dağıtmadan pişiriyoruz. Üzerine temiz bir bez kapatıp dinlendiriyoruz. Servis tabağına ters çeviriyoruz.