



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ETLİ SEMİZOTU

100 Gr Sana Klasik  
2 Adet Domates  
250 gr Kuzu kuşbaşı et  
2 Adet Kuru Soğan  
2 Çorba Kaşığı pirinç  
1,5 Su Bardağı su  
1 Kg. semizotu

Semizotlarının kök kısımlarını kesip yabancı otlardan temizledikten sonra, iyice yıkayalım. İnce kıydığımız kuru soğanları, margarin yağında pembeleştirelim. Kuşbaşı etleri de tencereye ilave ettikten sonra 1-2 sefer daha karıştırıp, etler suyunu salıp da çekinceye kadar, ağzı kapalı olarak pişirelim. Etler yağına binince, kabuklarını soyup kuşbaşı şeklinde doğradığımız domatesleri de ilave ederek 2 dakika daha kavurup, yeterince sıcak su ve tuz ilavesiyle etler yumuşayınca kadar pişirelim. Etler yumuşayınca, semizotlarını ve pirinçleri ilave edip, pişirelim ve sıcak sıcak servis yapalım.