



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FİRİK PİLAVI

1,5 su bardağı buğday Fırıği
1 su bardağı pilavlık bulgur
Yarım su bardağı yeşil mercimek
1 yemek kaşığı biber salçası
1 adet soğan
Yarım çay bardağı kadar sıvı yağ
1 yemek kaşığı dolusu tereyağı
5-5.5 su bardağı tavuk suyu
Karabiber
Pul biber
Tuz

Yeşil mercimeği vaktiniz varsa ılık suda 3-4 saat bekletin. Soğanları yemeklik doğrayın ve sıvı yağ ile pilav tenceresinde kavurun. Üzerine firik ve bulguru koyarak kavurun. Yeşil mercimeği de ekleyerek 3-4 dk daha kavurun. Üzerine salçayı ekleyin. Kavurup baharatları ekleyin. Tuzu ve sıcak tavuk suyunu ilave edin. Kapağını kapatarak orta ateşte pişmeye bırakın. Suyunu biraz çektikten sonra kısık ateşte pişmeye bırakın. Suyunu tamamen çekip pişen pilavın altını kapatın, tereyağını (ekleyerek karıştırın ve kapağın altına havlu kağıt koyarak demlenmeye bırakın.

