



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FIRINDA HAMSİLİ PİLAV

2 su bardağı pirinç
Yarım çay bardağı zeytinyağı
1 kg hamsi
4 adet büyük boy soğan
Yarım çay bardağı dolmalık fıstık
Yarım çay bardağı kuş üzümü
3 su bardağı su
Yarım demet dereotu
Tuz
Yenibahar
Nane

Soğanları ince doğrayın. Bir tencereye aldığınız zeytinyağında fıstığı kavurun. Üzerine dolmalık üzüm, pirinç, ince doğranmış dereotu, tuz, yenibahar ve naneyi ilave edip karıştırın. Son olarak su ilave edip pilavı pişirin. Piştikten sonra, bir süre demlenmeye bırakın. Kılçıkları çıkarılmış hamsileri fırın kabına ya da porsiyonluk güveç kaplarına dizin. Ortasına demlenen pilavı dökün. Pilavın üzerini hamsiyle kapatın. Önceden ısıtılmış 180 derece fırında, 40-45 dakika pişirin. Sıcak servis yapın.