



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

FIRINDA SEBZELİ PİLAV

2 su bardağı pirinç
1 adet kabak
1 adet havuç
1 adet patates
1 çay bardağı konserve bezelye
1,5 çay bardağı sıvı yağ
Yarım demet dereotu
Tuz, karabiber
2 su bardağı et suyu

Pirinç ılık suda yarım saat ıslatılır. Yarım çay bardağı yağ tavaya konur. Küp şeklinde doğranmış havuç atılır. Yumuşayınca patates, hemen sonra kabak atılır. Ateşten almadan önce bezelye , kıyılmış dereotu karabiber ve tuz katılır. Pirinç yıkanır, süzülür. Tencereye kalan yağ konur, ısınca pirinç atılır. Şeffaflaşana kadar kavrulur. Yuvarlak fırın kabına pirincin üçte biri konur. Üzerine yeşil harcın yarısı konur. Bu şekilde malzeme bitene kadar kat kat konur. En son et suyu eklenir. Fırın kabının ağzı alüminyum folyo ile sıkıca kapatılır. 190 derece fırında yarım saat pişirilir.