



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HAMSI DİBLEŚİ

İstanbul Büyükşehir Belediyesi

1 kg. hamsi
1 su bardağı pirinç
10-12 adet karalahana yaprağı
4-5 sap maydanoz
1-2 adet soğan
3 yemek kaşığı tereyağı
1 çorba kaşığı çam fıtığı
Tuz
Karabiber

Hamsiler ayıklanır, baş ve kılçıkları atılır doğranır.

Tereyağı bir tencerede eritilip soğan pembeleşene kadar yağda kavrulur, sonra fıstıklar ve balıklar eklenir ve kavurmaya devam edilir. Pirinç eklenip şeffaflaşana kadar kavrulduktan sonra maydanoz, lahana, tuz ve biber ilave edilir. 3 - 4 dakika daha kavrulduktan sonra üzerini aşacak kadar su eklenip pişirilir.