



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

HAMSI PİLAKİ

Anadolujet Magazin

1,5 kg ayıklanmış hamsi
1 ufak kâse ince doğranmış pırasa
1 ufak kâse ince doğranmış yeşil soğan
1 ufak kâse ince doğranmış roka
1 ufak kâse ince doğranmış taze nane
1 ufak kâse ince doğranmış maydanoz
1 ufak kâse ince doğranmış dereotu
1 ufak kâse ince doğranmış pazı
1 ufak kâse ince doğranmış ıspanak
2 su bardağı pilavlık bulgur
3 çorba kaşığı sıvı yağ
Tuz
Karabiber
2 su bardağı kaynar su

Geniş yüzeyli bir tencereye yağı koyup biraz kızdırın. Daha sonra yeşillikleri koyun, tuzu ve karabiberi ilave edin. Yeşillikleri biraz soteledikten sonra ortasını kaşıkla açıp bulguru koyun ve üzerine balıkları serpiştirin. Ardından kaynar su ilave edin, yandaki yeşilliklerden biraz üzerine koyup tencerenin ağzını kapatın. Kısık ateşte bulgur suyunu çekene kadar pişirin. Biraz demlendikten sonra isterseniz pilavı karıştırarak isterseniz de piştiği şekilde servis edebilirsiniz.

