



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

HİNDİLİ SEBZELİ PİLAV

www.ebruomurcali.com.tr

3 çorba kaşığı zeytinyağı
1 adet kuru soğan
300 gr. hindi göğüs kuşbaşı
2 adet kırmızı - kalya biber
1 adet kabak
2 adet domates
Yarım su bardağı mısır
1,5 su bardağı pirinç
Tuz, karabiber, fesleğen
Üzerine:
Kıyılmış maydanoz

Pirinci nişastası gidene kadar yıkayın.

Tencereye zeytinyağını koyun.

Hindileri suyunu çekene kadar soteleyin.

Doğranmış soğan, biber ve kabağı ekleyip kavurun.

Küp doğranmış domatesi ekleyip 5 dakika soteleyin.

Mısır, baharat ve pirinci koyun.

Üzerini iki parmak geçecek dar su koyun, önce yüksek daha sonra kısık ateşte üzeri göz göz olana kadar pişirin.

Kıyılmış maydanozu serpin ve tencerenin üzerini kağıt havluyla kaplayın, kapağını örtün.

20 dakika dinlendirdikten sonra servis yapın.

