



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

İÇ PİLAVI

Kullanılacak Malzemeler (2kisilik)

2 havus (küçük boy)

2 kasik keten tohumu

1 kasik dolmalik fistic

2 kasik kus uzumu

1 kasik zeytinyağı

1 bardak esmer pirinc

yarim demet maydonoz veya dereotu

Hazırlanışı

Pirinci yarim saat kadar sicak suda bekletin. Ardindan suyunu suzup bir tencereye alin. Zeytinyagi, dolmalik fistic, kus uzumu ve keten tohumlarini da ekleyin. Uzerine uc parmak gececek kadar su koyun. Kisik ateste pisirmeye baslayin. Diger tarafta havuclarin kabuklarini soyup haslayin ve kup kup dograyin. Pilavi ocaktan indirmeye yakin havuc, kiyilmis maydonoz veya dereotunu da uzerine ekleyin ancak karistirmayin. 5 dakika sonra altini sondurun. Servis yapicaginiz zaman karistirin.

[ML® Kırdı için tıklayın](#)