



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KABAKLI PİLAV

2 su bardağı pirinç  
2 çorba kaşığı tereyağı  
3 adet taze kabak  
yarım demet dereotu  
2 adet taze soğanın sapı  
3 su bardağı su  
tuz

Kabaklar rendelenir, suyu sıkılır, soğan sapları ince kıyılır, tereyağı tencereye konur, kabak soğan kavrulur, tuz, karabiber serpilir, üzerine suda bekletilmeden yıkanmış, süzölmüş, pirinç atılır, su ya da et suyu eklenir, karıştırılır, tencerenin kapağı kapatılır, orta ateşte 15-20 dakika pişirilir.