



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KALKAN PİLAVI

1 adet kalkan balığı  
2 adet orta boy soğan  
2 su bardağı pirinç  
250 gr margarin  
1 çay kaşığı karabiber  
2 çay kaşığı tuz  
1 kahve fincanı çam fıstığı  
4,5 su bardağı su

Bir tencereye margarin ve doğranmış soğan konur, pembeleştirilir. Çam fıstığı ve pirinç ilave edilir, kavrulur. 4,5 bardak kaynar su ilave edilir, tuzu atılır. Su çekilinceye kadar kısık ateşte pişirilir. Kalkan balığı kesilir, yıkanır sonra haşlanır. Kılıçları ayklanır ve pilava katılır. Karabiber ilave edilir. birkaç defa karıştırılır. Demlenmeye bırakılır. Demlendikten sonra servis yapılır.