



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KEFAL BALIKLI PİLAV

Kefal, ayıklanıp, yıkanıp hazırlanır. Bundan sonra balığı kuşbaşı doğramak gerekir. Kefal parçalarını bir tava içine zeytinyağı koyarak ve balıkları da içine atarak kızartmalı, yeteri kadar ayıklanmış ve yıkanmış pirinci de içine katarak ateşte 1 - 2 defa çevirmelidir. Sonra balıklarla pirinci tencereye dizerek üstüne pirincin iki misli su eklemek gerekir. Tencerenin ağzını kapatmadan orta kor üzerinde su çekilinceye ve pirinç ilik gibi pişinceye dek ateşte tutunuz. Sonra tencereyi istifiyle alt üst edip geniş bir tabağa aktarınız. Soğuduktan sonra sofraya alınız

Not: Ya da balıkları daha önceden haşlamanız gerekir. Haşladıktan sonra deri ve kılçıklarını çıkarınız. Balıkları zeytinyağı ile ezerek bir miktar kavurunuz. Başka bir kapta hazırlamış olduğunuz kızarmış soğan ve pirinci karıştırıp yöntemiyle pişiriniz.

---