



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KIŞ RUHU PİLAVI

- 1 adet ince pırasa
- 1 adet havuç
- 10 adet ıspanak
- 1 adet küçük kereviz
- 2 su bardağı pirinç
- 1 kahve fincanı sıvıyağ
- 1 çorba kaşığı tereyağ
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 3 su bardağı tavuk suyu

Pirinç ılık suya ıslatılır, yarım saat sonra suyu süzülür ve bol sudan geçirerek süzgece alınır. Pırasa, havuç ve kereviz soyulduktan sonra kibrit çöpü formunda doğranır. Tencereye sıvıyağ konur, ateşe yerleştirilir, ısınınca havuç ve kereviz atılır. 5 dakika sonra pırasa eklenir, 5 dakika sonra da iri doğranmış ıspanak konur. Pirinç ve tuz eklenir. Kırılmayacak şekilde karıştırılır. Tavuk suyu ilave edilir, kapak kapatılır. Kaynamaya başlayınca ateş kısılır, tavuk suyunu çekene kadar pişirilir. Kapakla tencere arasına emici kağıt konur. Yarım saat dinlendirilir ve sofraya getirilir.