



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

LÜFERLİ PİLAV

Yeteri kadar lüferi haşlayınız. Haşladıktan sonra deri ve kılçıklarını çıkarınız. Balıkları zeytinyağı ile ezerek bir miktar kavurunuz. Başka bir kapta hazırlamış olduğunuz kızarmış soğan ve pirinci karıştırıp üstüne pirincin iki misli su ekleyiniz gerekir. Tencerenin ağzını kapatmadan orta ateş üzerinde su çekilinceye ve pirinç pişinceye dek ateşte tutunuz. Dinlendirip sofraya alınız.
