



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MANGOLD KAPLAMALI PİLAV

6-7 adet mangold
2 su bardağı pirinç
Yarım kahve fincanı dolmalık fıstık
Yarım kahve fincanı kuş üzümü
2 çorba kaşığı margarin
3 su bardağı sıcak su
Yarım demet dereotu
1 tatlı kaşığı limon
Tuz
Karabiber

Pirinç yarım saat sıcak suda bekletilir. Mangoldların sapları kesildikten sonra yumuşayana kadar haşlanır ve soğutulur. Fıstık ve üzümleri, margarin koyulmuş tencerede kavrulur. Tencereye konulmuş pirinç 2-3 dakika kavrulur ve üzerine 3 bardak su konularak tuz, karabiber ve limon suyu ilave edilir. Pirinç suyunu çekene kadar yaklaşık 20 dakika üzerine dereotu eklenerek biraz bekletilir (daha sonra fırına gireceğinden çok pişmemesi gereklidir).

200 derece kızmış fırında tepsiye mangold yapraklarını düzenli olarak yerleştirip hazırlanmış olan pilav içine yerleştirilir ve mangold yaprakları düzgünce kapatılır, 10-15 dakika pilav fırınlanır. Ardından servis tabağına düzenli bir şekilde konularak servis edilir.