



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## MATLUBE

### MALZEMELER

750 gram kuşbaşı et  
2 su bardağı pirinç  
3 su bardağı sıcak su  
3-4 adet orta boy patates,  
1 çay bardağı konserve bezelye,  
1 adet orta boy havuç,  
tuz, karabiber,  
1 çorba kaşığı tereyağı veya margarin  
Pilav için:  
2 su bardağı pirinç  
3 su bardağı sıcak su  
Yarım su bardağı mısırözü yağı,  
Tuz  
Patatesleri kızartmak için:  
1 su bardağı sıvı yağ

### YAPILIŞ TARİFİ

Pirinç sıcak tuzlu suda 15-20 dakika bekletelim.

Etleri düdüklü tencereye alalım. Üzerine biraz çıkacak kadar sıcak su ekleyelim. Orta hararetli ateşte haşlayalım. Etler yumuşadığında içine tereyağını, tuzu ve karabiberi ekleyip, 5 dakika daha pişirelim. Konserve bezelyeleri ve haşlayıp, küp küp Patatesleri yarım parmak kalınlığında yuvarlak dilimler halinde keselim. Kızgın sıvı yağda yarı yarıya pişecek şekilde kızartalım. Etlerin üzerine bir sıra patates döşeyelim. Arzuya göre tencerenin kenarlarına da bir sıra patatesi dik olarak yerleştirelim.

Pirinçlerin suyunu süzüp, nişastasız gidene dek birkaç su yıkayalım. Sularını süzelim. Ayrı bir tencereye sıvı yağ alıp, kızdıralım. Pirinçleri şeffaflaşana dek kavuralım. Kavrulan pirinçleri yayvan tencereye patateslerin üzerine yayalım. 3 su bardağı sıcak suya arzuya göre 1 et suyu tabletini ve yeterince tuzu ilave edip, karıştıralım. Et suyu eridiğinde tencerenin kenarından yavaşça suyu boşaltalım. Tencerenin kapağını örtüp, ağır ateşte pirinçler suyunu çekip, üzeri göz göz olana dek pişirelim. Ateşten alıp, tencerenin üzerine temiz bir bez örtüp 15 dakika demlenmeye bırakalım. Tencereyi düz bir servis tabağına ters çevirerek yemeğimizin şeklini bozmadan özenle çıkartalım.

---