



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MENGEN PİLAVI (BOLU)

Haşlanmış pirinçler tuzlu suda bekletildikten sonra tencerede yağ, soğan ve et kızdırılır. Biraz su ile pişirildikten sonra pirinç, şeker, tuz, biber ilave edilir. Piştikten sonra üzerine tekrar yağ gezdirilip, kekik, dereotu ve ceviz ile tatlandırılır.
