



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MOR HAVUÇLU ŞEHİRİYE PİLAVI

2 adet mor havuç
2 su bardağı arpa şehriye
1 çay bardağı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı tuz
3,5 su bardağı su

Mor havuçlar soyulur, iri rendelenir. Tencereye zeytinyağı konur, havuçlara atılır, gevşeyene dek kavrulur. Arpa şehriye ve tuz ilave edilir, bir kaç dakika daha çevrilir. Sonra su eklenir. Kapak kapatılır. Yaklaşık 10 dakika pişirilir.
