



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MUGHLAI (PAKİSTAN)

2 orba kaşığı tereyağı
1 su bardađı taze bezelye
1 ay bardađı barbunya
1 ay bardađı pirinç
1 ay bardađı yeřil mercimek
4 adet arlıřton biber
1 adet acı sivri biber arzunuza göre
6 diř sarımsak
1 tatlı kaşığı zerdeçal
Tuz
zerine;
Taze kiřniř (yoksa kurusunu kullanabilirsiniz)

Barbunyayı bir gece evvelden ıslatın ve ertesi gün 2 su bardağı suyla haşlayın, suyunu kullanmak üzere ayırın. Biberleri ince ince doğrayın ve 2 çorba kaşığı tereyağında soteleyin, ezilmiş sarımsakları ekleyin, kavurun. Barbunya suyu, 3 su bardağı su, bezelye ve mercimeği tencereye koyun ve mercimeklerin pişmesine yakın pirinci ilave edin. Sebzeler pişince, baharat ve tuzu ekleyin. Kiřniř serpererek servis yapın.