



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PIRİNÇLİ SEBZE PÜRESİ

Malzemeler

1 su bardağı pirinç

Yarım su bardağı su

2 çorba kaşığı soya yağı

1 su bardağı süt

1 adet havuç

1 adet kereviz

Yarım demet dereotu

Yarım demet maydanoz

Yeteri kadar tuz ve karabiber

Pirinç, patates, havuç ve kerevizi aynı yerlerde iyice yumuşayınca kadar haşlayın. Haşlandıktan sonra bunları bir kâsenin içine alıp püre haline getirin. İçine 1 bardak süt, kıyılmış maydanoz, soya yağı, tuz ve biberini ilave edin ve karıştırın. Servis tabağına alıp üzerini dereotu ile süsleyerek servis yapabilirsiniz.
