



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

PULNENİ TSELİNA S EDİRİ GLAVİ

<https://pomatsite.blogspot.com.tr>

Su 2 1/2 su bardağı
Tuz 2 tatlı kaşığı
12 gr Limon suyu
Kereviz 6 orta boy
3 kg Soğan 6 orta boy
360 gr Zeytinyağı 1/2 su bardağı
100 gr Pirinç 1 su bardağı
180 gr Havuç 1 orta boy
100 gr Şeker
Dereotu 2/3 demet

Tencereye 1 su bardağı su, 1 tatlı kaşığı tuz ve limon suyunu koy, kaynamaya bırak. Kerevizleri yıka, soy, enine ikiye böl, içlerini kenar kalınlığı yarım santimetre olacak şekilde oy ve kaynayan suya ekleyip, 10 dakika haşla. Haşlama suyunu ölç, 1 1/2 su bardağına tamamla ve bekle. Kerevizlerin yapraklarını da yıka, ayıkla. Soğanı soy, yıka, ince ince doğra, yağla birlikte başka bir tencereye koy, kapağı kapat, kısık ateşte ara sıra karıştırarak 10 dakika öldür. Pirinci yıka, süz, tencereye ekle, birkaç kez çevir. Havucu yıka, yarım santimetre küp irilikte doğrayıp, kalan tuz, şeker ve 1 su bardağı sıcak su ile birlikte pirince kat, önce orta, sonra kısık ateşte 10-15 dakika pişir. Hazırlanan içi kerevizlere doldur, üzerlerine kereviz yapraklarından koy. Haşlama suyunu ısıt, dolmaların üzerine gezdir, kereviz ve pirinçler yumuşayınca kadar, yaklaşık 50 dakika pişir. Dereotunu yıka, ayıkla, dolmaların üzerine süsle.

Not: Pomaklarda, yaz aylarında pişirilir. Öğünlerde, et yemeğinden sonra ikinci yemek olarak servis edilir.

