



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ PİLAV

<https://yemek.name>

- 2 su bardağı yasemin pirinci
- 2 çay kaşığı tuz
- 1/2 su bardağı bezelye (haşlanmış)
- 1/2 su bardağı havuc (minik kupler halinde doğranmış ve haşlanmış)
- 1/2 su bardağı mısır (haşlanmış)
- 1/2 su bardağı mor lahana (minik minik doğranmış)
- 1/4 su bardağı soğan (ince doğranmış)
- 2 yemek kaşığı soya sosu
- 4 yemek kaşığı sıvı yağ

Yasemin pirincini tercihen buharda ya da 3 su bardağı tuzlu suda haşlayarak pişirin.

Tane tane olacak şekilde piştikten sonra soğutun.

Sıvı yağı kızdırdığınız vok tavaya soya sosunu ve sebzeleri ekleyin.

4 - 5 dakika karıştırarak yüksek ateşte pişirdikten sonra, soğutmuş olduğunuz pirinci ekleyin, karıştırmaya devam ederek 4 -5 dakika daha pişirdikten sonra ateşten alın ve servis edin.

