



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ SOĞUK PİLAV (VEJETARYEN)

4 kişilik Malzemesi
1 su bardağı pirinç
100 gr taze fasulye
2 kabak
1 dal taze soğan
4-5 dal maydanoz
2 çorba kaşığı zeytinyağı
2 yumurta
Tuz

Pirinç tuzlu suda haşlayıp süzün ve soğumaya bırakın. Yumurtaları katı kıvamda haşlayıp soyun ve halka halka dilimleyin. Maydanozu yıkayıp kıyın.

Fasulyeleri temizleyip ince ince doğrayın. Tuzlu suda 10 dakika kadar haşlayıp süzün ve soğumaya bırakın.

Kabakları temizleyip küçük küçük doğrayın. Hafif yumuşayınca kadar 5-6 dakika haşlayıp süzün. Soğanı soyup 2-3 parçaya kesin. Kabak, soğan, maydanoz ve zeytinyağını robotta püre haline getirin.

Hazırladığınız kabak püresi ve fasulyeleri haşlanmış pirince ilave edip karıştırın. Tuzunu ayarlayıp şekilli bir kek kalıbına dökün. Kalıbın şeklini alması için kaşığının sırtı ile bastırarak karışımın yerleşmesini sağlayın.

Buzdolabında 30 dakika bekletip servis tabağına ters çevirin. Haşlanmış yumurta dilimleriyle süsleyip servis yapın.