



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## SEMİZOTU BASTISI

Körpe semizotlarını ayıklayınız, 4 - 5 defa yıkayınız, süzüp doğradıktan sonra doğrayınız. Tencereye 2 soğan çentip iki kaşık tereyağıyla pembeleşinceye dek kuvvetli ateşte kavurduktan sonra içine kuşbaşı et ya da kıyma koyunuz. Pembeleşinceye kadar kavurup semizotlarını içine atınız, kapalı olarak kendi suyu ile orta ateşte pişiriniz. İndirmeden 10 dakika önce 1 - 2 avuç temizlenmiş ve iyice yıkanmış pirinç, altı kepçe su ya da etsuyu, tuz, biber ve baharat koyunuz, kapalı olarak pişiriniz.

Not: Domatesle pişirirseniz lezzeti artar.

