



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YEŞİL PİLAV

2 su bardağı pirinç
1 kg. ıspanak
1/2 demet maydanoz
1/2 demet nane
3 orba kaşığı bütün i Antepfıstığı
3 orba kaşığı tereyağı
1 adet soęan
Tuz, karabiber

Pirinci ılık suda yarım saat bekletip süzün. Ispanağın yarısını irice doğrayın, üzerine iki buçuk su bardağı su ekleyip 15 dakika pişirin. Suyunu süzüp kenara alın. Doğranmış soğanı tereyağında kavurun. Kalan ıspanakların yaprak kısımlarını, kıyılmış maydanoz ve naneyi ekleyin. Beř dakika kavurup tuzu ve karabiber katın. Ispanağın haşlama suyundan iki su bardağını tencereye ekleyin. Kaynamaya başlayınca pirinci ilave edin. 20 dakika pişirip Antepfıstığını ekleyin.

