



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

YEŞİL PİLAV

1 su bardağı pirinç
1 kg. ıspanak
Yarımşar demet maydanoz, dereotu ve nane
4 dal kişniş
1 adet orta boy soğan
5 çorba kaşığı tereyağı
50 gr. antepfıstığı
Tuz
Karabiber

Pirinci yıkayıp, süzün. Maydanoz, dereotu, nane ve kişnişi ince kıyın. Ispanağın yarısını iki su bardağı suda haşlayın, kalanını ince kıyın. İnce kıyılmış soğanı yağın yarısıyla kavurup, üzerine ıspanağı koyun, iki dakika daha kavurun. Bir buçuk bardak ıspanak suyunu, tuzla kaynatın. Kaynayınca soğanlı ıspanağı ve pirinci katarak 15 dakika pişirin. Kalan yağda fıstığı kavurun. Pilava fıstığı ve kıydığınız yeşillikleri katın, 30 dakika demlendirin.
