



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)  
Banu Atabay'ın Mütavazı Lezzetler® Mutluluklar Diler

## ARPA ŞEHİRİYE PİLAVI



- 2 Su bardağı arpa şehriye
- 1 Su bardağı rende domates
- 3 Su bardağı su ya da et suyu
- 4 Adet sivri biber
- 2 Adet taze soğan
- 1 Adet orta boy kuru soğan
- 1,5 Çay bardağı sıvıyağ
- 1 Tatlı kaşığı kırmızı pul biber
- 2 Tatlı kaşığı tuz

- # Tencereye sıvıyağ konur, orta ateşte ocağa yerleştirilir, içine ince kıyılmış kuru soğan katılır.
- # Soğanın kavrulmasına yakın ince doğranmış taze soğan ve biber eklenir.
- # Taze soğan ve biber tam pişmeden arpa şehriye katılır, en az 10 dakika kapaksız kavrulur.
- # Şehriyeler renk alınca üzerine, rende domates ilave edilir. 2 - 3 dakika daha kavrulur.
- # Tuz ve kırmızı pul biber katılır, soğuk et suyu ya da su eklenir, tencerenin kapağı kapatılır.
- # Orta ateşte 17 - 20 dakika pişirilir. Süre sonunda pilavın üzerinde su kalabilir, ocak kapatılır.
- # Kapakla tencere arasına kağıt havlu konur. En az yarım saat kapak açılmaz, pilavın suyunu çekip, demlenmesi sağlanır.
- # Pilav dinlenince tencerenin kapağı açılır, kağıt alınır. Çatalla karıştırılır.
- # Sıcak olarak servise sunulur.

Not: Bu pilav başka usulle de hazırlanabilir; şehriye yağda başka malzeme olmadan kavrulur, bir tabağa çıkarılır. Diğer işlemler yukarıdaki gibi yapıldıktan sonra, kavrulmuş şehriye en son eklenir.