



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

## RENKLİ HAMSİLİ PİLAV



Yarım kg. hamsi  
2 Su bardağı piriç  
1 Adet kuru soğan  
1 Adet iri patates  
1 Adet iri havuç  
1 Çay bardağı ay çiçek yağı  
1 Çorba kaşığı domates salçası  
2 Tatlı kaşığı tuz  
Yarım tatlı kaşığı karabiber  
2,5 - 3 Su bardağı su

- # Piriç ayıklanır, tuzlu sıcak suya ıslatılır, en az yarım saat bekletilir. Hamsilerin baş ve kılçıkları çıkarılır, yıkanır, süzgece konur, suyu iyice süzülür.
- # Bir tencereye ay çiçek yağı konur, ısınınca ince doğranmış kuru soğan eklenir.
- # Soğan şeffaflaşınca küçük küp şeklinde doğranmış havuç, 5 dakika sonra aynı şekilde doğranmış patates ilave edilir.
- # Tencerenin kapağı kapalı olarak, orta ateşte 10 dakika kadar pişirilir, salça konur.
- # Daha sonra hamsi eklenir, birkaç kez çevrildikten sonra yıkanmış, suyu süzölmüş piriç katılır.
- # Fazla karıştırmadan tuz ve karabiber serpilir. Patatesin su çekme durumu göz önünde bulundurarak 2,5 -3 su bardağı su eklenir.
- # Renkli hamsili pilavın kapağı kapatılır. Önce orta ateşte 10 dakika, sonra kısık ateşte 12 dakika olmak üzere 22 dakika pişirilir.
- # Ateşten alınır, kapak ile tencere arasına emici bir kağıt kapatılır. Yarım saat dinlendikten sonra, hafifçe karıştırılır, sofraya getirilir.

**Not:** Hamsi çabuk pişen bir balık olduğu için önceden pişirmeye gerek yoktur.