



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

## MOZAİK PİLAV



- 2 Su bardağı pirinç
- 1 Çay bardağı arpa şehriye
- 1 Adet iri havuç
- 4 Adet küçük yeşil soğan
- 3 Çorba kaşığı haşlanmış nohut
- 1,5 Çay bardağı ay çiçek yağı
- 4,5 Su bardağı su ya da et suyu
- 1,5 Tatlı kaşığı tuz

- # İlk işlem olarak havuç birkaç parçaya bölünür, küçük bir kaba konur, üzerine bir çay bardağı su eklenir, orta ateşte kapaklı olarak yumuşayana kadar pişirilir.
- # Daha sonra yumuşayan havuç soğutulur, tavla zarı şeklinde doğranır. Taze soğanın sadece yeşil kısımları ince ince kıyılır.
- # Tencereye ay çiçek yağı konur, biraz ısınınca, havuç ve taze soğan katılır. taze soğanın rengi değişene kadar kavrulur.
- # Havuç ve taze soğan yağın içinden süzülerek alınır. Aynı yağa ateşi söndürmeden arpa şehriye atılır, karıştırılır.
- # Şehriyenin rengi sarıya dönünce haşlanmış nohut ve az önce kavrulmuş havuç, taze soğan eklenir, birkaç kez çevrilir.
- # Karışıma suda bekletilmeden bol suda yıkanmış, süzölmüş pirinç ilave edilir, orta ateşte 2 - 3 dakika kavrulur.
- # Üzerine tuz, su ya da et suyu konur, kapağı kapatılır. Önce orta, sonra kısık ateşte 20 - 22 dakika pişirilir.
- # Ocak kapatıldıktan sonra kapakla tencere arasına emici bir kağıt konur, en az yarım saat dinlendirilir.
- # Süre sonunda pilav ezmeden karıştırılır, arzu edilen şekilde servis tabağına yerleştirilir.

**Not:** Mozaik pilava bir çorba kaşığı domates salçası da eklenebilir.