



كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا (الأعراف ٣١)
بانو أتاي لذیذ المتواضع من وصفات الأكل

الطماطم بالأرز Domatesli Pilav



٢ كوب ماء رز
١ كوب ماء ط
٢ كوب ماء لح
٥.٣ ملاعق ح
١ عدد مربعات
ملح

- # يتبقى الأرز في المياه الدافئة نصف ساعة
 - # يسخن القدر بالزيت، يوضع الأرز المغسل يصفى الماء على القدر ويشوي
 - # ويشوي الرز حتى تصبح شفاف
 - # بعد المشوي يضاف مياه الطماطم، ماء اللحم، الملح وسكر مربعات ويغلط
 - # يطبخ في الحرارة المنخفضة ٢٠ - ١٥ دقائق، بعد نزولها من الحرارة يغطى مع الورق لأجل لأنتظار
- ملاحظة : لابد بالضرورة أن يبشر الطماطم، إن الطماطم المقطوعة ال يعطى نفس النتيجة