



كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا (الأعراف ٣١)  
بانو أتابي لذيد المتواضع من وصفات الأكل

## رز باللحم المفروم Kıymalı Pilav



٥.١ كوب ماء رز  
١٠٠ غرام لحم مفروم  
٢ عدد فلفل حاد  
١ عدد بصل جاف صغ  
١ عدد طماطم متوس  
١ كوب شاي الشعير  
١ كوب شاي زيت س  
٥.١ ملعقة حلو ملح  
٣ كوب ماء من مياه

- # يقطع البصل رقيق جداً وتصبح في ٢ ملعقة حساء زيت سائل
- # ويوضع عليها مقطوع فلفل الرقيق جداً ويشوي
- # ويضاف في داخلها فرم اللحم ويشوي لاجل يكون حبه حبه بالخلط بعد مشوي الفرغ يضاف المبشرة الطماطم والملح بعد تغير اللون الطماطم يؤخذ من المحجر
- # يوضع زيت سائل في قدر آخر بعدما يحمر الزيت يوضع شعير الشعيرة ويشوي الشعيرة حتى تصبح رمادي
- # بعد أخذ الشعيرة لونها يضاف الأرز المغسل والمصفي بالماء ويشوي الأرز حتى تصبح حالة شفاقة بالخلط
- # ويضاف عليها الهاون فرم اللحم الموجود في قدر آخر بعد قلب عدة مرات يوضع الماء
- # يطبخ أولاً في الحرارة المتوسطة ثم في الحرارة المنخفضة ١٧ دقائق
- # بعد أخذها من المحجر يوضع ورق منشفة بين القدر والغطاء ويتبقى نصف ساعة
- # تخلط وتقدم للخدمة

ملاحظة : فرم اللحم بالأرز , تعريف خاص لأم هذا الكاتب