



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

MOR HAVUÇLU PİLAV



2 adet mor havuç
150 gr kıyma
1 adet orta boy kuru soğan
2 diş sarımsak
2 su bardağı pirinç
2 orba kaşığı tereyağı
1,5 tatlı kaşığı tuz
1 tatlı kaşığı kuru nane
3 su bardağı su

- # İlk işlem olarak pirinç tuzlu, ılık suya ıslatılır. En az yarım saat bekletilir.
- # Soğan ve sarımsak ince kıyılır, tereyağında pembeleşene kadar kavrulur. zerine soyulmuş ve kuşbaşından daha ufak doğranmış mor havuçlar eklenir, 10 dakika kadar çevrilir.
- # Daha sonra kıyma katılır, suyunu bırakıp çekene kadar pişirilir.
- # Suda bekleyen pirinç, süzgece çıkarılır ve akan bol suda yıkanır. Havulu karışıma ilave edilir.
- # Bir kaç dakika çevirdikten sonra tuz ve su eklenir, kapak kapatılır. Kaynamaya başlayınca ocak kısılır, 12 dakika pişirilir.
- # Ateři kapatmadan hemen önce kuru nane serpilir. Kapakla tencere arasına emici bir kağıt konur, yarım saat dinlendirilir.
- # Süre sonunda dikkatlice karıştırarak sıcak servis edilir.

Not: Mor Havulu Pilav Antakya (Hatay) yöresinde bilinen bir tariftir. Mor Havuç Kapuskası da denir. Nane ile birlikte nar ekşisi de kullanılabilir.