



KIRAZ'IN
MUTFAĞI



Sebzeli Karabuğday Pilavı



Süre: 35 Dakika dk

Tarif:

>> **Hazırlık Süresi:** 15 dakika

>> **Piştirme Süresi:** 20 dakika

>> **Kaç Kişilik:** 4 kişilik

Malzemeler:

- 1,5 su bardağı karabuğday
- 1 havuç
- 1 kabak
- 1 kırmızı biber
- 1 kuru soğan
- 3 su bardağı sıcak su
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- Tuz ve karabiber

Ön Hazırlık:

Sebze, yeşillik ve tahılları yıkadıktan sonra iyice süzün. Ölçüleri hazırlayıp sosu ayrı kapta karıştırmak daha dengeli kıvam ve tat sağlar.

Servis Önerisi:

Yoğurt veya salatayla servis edin.

Yapılışı:

1. Karabuğdayı yıkayın:

- Süzgeçte durulayın.
- Sebzelerin rengini ve diri dokusunu korumak için gereğinden uzun işlem uygulamayın.

2. Sebzeyi soteleyin:

- Küp sebzeleri yağda çevirin.
- Tavayı önceden ısıtın ve malzemeyi üst üste yığmayın. Ara vermeden karıştırmak yerine renk alması için kısa aralıklarla çevirin.

3. Birleştirin:



- Karabuğday ve sıcak suyu ekleyin.
- Karıştırma işlemini malzemeleri ezmeden, alttan üste doğru yapın. Tuz ve baharatı son kez kontrol ettikten sonra bir sonraki aşamaya geçin.

4. Pişirin:

- Kısık ateşte suyunu çekirip dinlendirin.
- Kabin üzerini kapatın ve bekletme işlemini buzdolabında yapın; pişirmeden kısa süre önce çıkararak aşırı soğukluğunun geçmesini bekleyin.

Pişme ve Kıvam Kontrolü:

Taneler suyunu çekip yumuşadığında ocağı kapatın. Kapağın altına temiz bir bez veya kağıt havlu yerleştirip 10 dakika dinlendirin; ardından alttan üste nazikçe karıştırın.

>> **İpucu:** Karabuğdayı fazla karıştırmayın.

Kiraz'ın
Mutfağı