



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

AŐIRAN PİLAVI (KARAMAN)

2 su bardağı iri bulgur
250 gr. kuzu kuşbaşı
5 su bardağı su
2 tatlı kaşığı tuz
Üzeri için;
2 orba kaşığı tereyağı

Tencereye yıkanmış bulgur konur, üzerine soğuk su eklenir, ateşe yerleştirilir, üzerine çıkan köpüğü alınır, bulgur suyu tamamen çekince haşlanmış ufak doğranmış et ve tuz ilave edilir, karıştırılır. En son eritilmiş tereyağı eklenir bir kez daha harmanlanarak sofraya getirilir.

Not: Etsiz de yapılabilir.