



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BADEMLİ PATLICANLI ETLİ BULGUR PİLAVI

600 gram kuşbaşı kuzu eti
1 çay bardağı çiğ badem
2,5 su bardağı pilavlık bulgur
2 domates
1 soğan
1 adet patlıcan
3 çorba kaşığı tereyağı
Tuz
Karabiber

Tereyağını tencereye alıp eritin. Küp şeklinde doğranmış patlıcanları ekleyip 5 dakika kavurun. Üzerine bulguru ilave ederek rendelenmiş soğanla 5 dakika daha kadar kavurun. Rendelenmiş domatesleri ve sıcak suyu üzerine ekleyip kapağını kapatın. 20 dakika pişirin. İsteyen bir miktar salçayı kavurma esnasında ekleyebilir. Ya da maydanoz ekleyip beş dakika daha dinlendirin. Üzerine çiğ bademleri tereyağında kavurup ilave edin. Etleri de tencerede kendi suyuyla pişirip daha sonra fırında 200 derecede etleri 40 dakika pişirin ve etlerin üzerine ekleyin. Sıcak olarak servis yapın.

