



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BALKABAKLI BULGUR PİLAVI

1 su bardağı küp doğranmış balkabağı
2 su bardağı pilavlık bulgur
3 su bardağı su
1 orta boy kuru soğan
3 yemek kaşığı sıvı yağ
2 yemek kaşığı margarin
Tuz

Çok ince doğranmış soğanı erittiğimiz sıvı yağda hafifçe kavurun. Hemen margarini ekleyin. Biraz kavrulduktan sonra balkabaklarını ekleyin. 6 dk sonra yıkanıp suyu süzölmüş bulgurları ilave edin. 3-4 dk kavurup suyunu ve tuzunu ekleyin. Kaynayınca altını kısın. Bulgurlar suyunu çekinceye kadar pişirin.