



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BULGUR ÇORBASI

Özgür Şef

Yarım su bardağı köftelik bulgur
3 su bardağı su
2 orta boy soğan
1 tatlı kaşığı pul biber
1 tatlı kaşığı kuru nane
1 adet tavuk bulyonu
Yarım su bardağı zeytinyağı

Su, tavuk bulyon ilave edilerek tencerede kaynatılır. Su kaynadıktan sonra bulgur ilave edilir ve tekrar kaynama noktasına getirilir. Yaklaşık 10 dakika, bulgur açılana kadar hafif ateşte tencerenin kapağı kapalı olarak pişirilir. Bulgurun pişirilmesine paralel olarak, soğan doğranır ve zeytinyağında pembeleşene kadar kızartılır. Kızardıktan sonra, nane, pul biber ilave edilir. Hazırlanmış bu karışım pişmiş bulgura ilave edilir. Karıştırılır, çukur tabağa aktarılır ve servis edilir.