



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

BULGUR PELTESİ

1 ay bardağı pilavlık bulgur
5 su bardağı su
1 su bardağı şeker
4 orba kaşığı buğday nişastası
1 paket vanilya

Bulgur yıkanır, tencereye konur. üzerine su bırakılır ve yumuşayana kadar haşlanır. 1 su bardağı soğuk su ve nişasta karıştırılır. Kaynamakta olan bulgura sicim gibi akıtılır. Bir yandan da karıştırmaya devam edilir. Şeker ve vanilya konur. Pişene kadar çevrilir ve kaselele paylaşılır. Soğuyunca ikram edilir.