



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## BULGUR PİLAVI

2 su bardağı pilavlık bulgur  
250 gr. kuşbaşı et  
3 çorba kaşığı tereyağı  
1 adet kuru soğan  
1 çorba kaşığı salça  
1 tatlı kaşığı tuz  
yarım tatlı kaşığı karabiber

Bir tencere içinde 1 çorba kaşığı yağda ince kıyılmış soğan kızartılır. Küçük kesilmiş etlerle beraber kavrulur. Salça ilave edilerek orta ateşte pişirilir. 4 bardak kaynamış et suyunun içine bulgur salınır. Hafif ateşte pişirilir. Suyunu çektikten sonra üzerine 2 çorba kaşığı kızdırılmış tereyağı gezdirilir. Bir kenara çekilir. Yarım saat dinlendirildikten sonra etle karıştırılır, servis yapılır.

[ML® Enginarlı Pilav için tıklayın](#)