



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BULGURLU BÖREK (LAZ)

4 adet hazır yufka

İ için:

250 gr kıyma

1 su bardağı köftelik bulur

1 adet kuru soğan

4 orba kaşığı sıvıyağ

1 avuç ceviz

Tuz, karabiber, pul biber

Kızartmak için:

1 su bardağı mısır unu

2-3 adet yumurta

Sıvıyağ

İnce kıyılmış soğan yağda pembeleştirilir. Üzerine kıyma eklenir, 10 dakika kavurduktan sonra yıkanmış bulgur, ceviz ve baharatlar katılır. Ateşten alınır, kapak kapatılır. 15 dakika kadar demlendirilir. Yufkalar üçgen olarak 8 parçaya kesilir. Enli tarafına i konur, biraz enli biçimde sarılır. Börekler önce çırpılmış yumurtaya batırılır, sonra mısır ununa bulanır, kızgın yağda kızartılır.