



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BULGURLU SEMİZOTU



Semizotu, birçok yörede "pirpirim" adı ile anılır. Doğal olarak yetiştiği gibi tarımı da yapılan bir bitkidir. Yaprakları ve dalları yenebilen semizotunun mayhoş bir tadı vardır, çiğ olarak salata ve cacıklarda kullanıldığı gibi, etli, kıymalı, zeytinyağlı, pirinçli, bulgurlu olarak pişirilerek de yenir.



Malzemeler: yarım kilo semizotu, 1 kahve fincanı pilavlık bulgur, 1 adet kuru soğan, 1 adet domates, 2 adet sivri biber, 1 yemek kaşığı salça, 3 su bardağı su, yarım fincan ayçiçeği yağı, 1 tatlı kaşığı pul biber, karabiber, tuz.



Soğan, biberler, domates ince ince doğranır. Bir tencereye biraz sıvıyağ konarak soğanlar biraz kavrulur, üzerine biberler eklenerek biraz daha kavrulur, biraz yumuşayınca domates ve salça eklenerek kavrumaya devam edilir, üzerine tuz, karabiber ve kırmızı pul biber eklenir.



Bu arada yıkanmış semizotlarının yaprakları ve çok kalın olmayan dalları doğranarak, tencereye ilave edilir.



Semizotları tenceredeki bütün malzeme ile beraber bir süre kavrulur.



Üzerine 3 su bardağı sıcak su eklenerek kaynamaya bırakılır.



Kaynayan semizotlarının üzerine bir çay fincanı pilavlık bulgur eklenir.



Bir süre de bulgularla beraber kaynatılır.



Bulgurlar yumuşayınca ocak kapatılarak yemeğimiz servise hazır hale getirilir.