



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

CEVİZLİ BULGUR PİLAVI

Malzeme

- 2 su bardağı bulgur
- 2 yemek kaşığı Sana Crème Bonjour
- 1 adet kuru soğan
- ½ su bardağı ince çekilmiş ceviz
- 3 diş sarımsak
- 3 yemek kaşığı Sana Crème Bonjour Biberli peynirli sandviç sürme
- 3 su bardağı su
- ½ demet dereotu
- Tuz ve karabiber

Hazırlanışı

1. Kuru soğanı piyazlık doğrayın.
2. Sarımsakları ayıklayıp kıyın.
3. Dereotunu kıyın.
4. Yayvan bir tencerede Sana Crème Bonjour kızdırıp içine piyazlık doğradığınız kuru soğanı ve kıyılmış sarımsakları ilave edip soğanlar pembeleşinceye kadar kavurun.
5. Soğanlar kavrulunca içine, bir süzgecin içinde kepeği gidene kadar soğuk su ile yıkadığınız ayıklanmış bulguru ve ince çekilmiş cevizi ilave edip sote etmeye devam edin. Daha sonra içine 3 yemek kaşığı Sana Crème Bonjour Biberli peynirli sandviç sürmeyi ekleyip iyice karıştırın.
6. En son olarak içine suyu, tuzu ve karabiberi ilave edip karıştırdıktan sonra tencerenin kapağı kapalı olarak kısık ateşte bulgurlar göz göz olana kadar tencerenin kapağını açmadan pişirip demlendirin. Demlenen bulgur pilavını tahta bir kaşık ile karıştırıp havalandırdıktan sonra servis tabağına alıp sıcak olarak servis edin.