



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BULGUR PİLAVI

2 bardak bulgur
2 adet soğan
2 adet domates
4 bardak su (et veya tavuk suyu)
3 kaşık yağ
Tuz
Karabiber

Bir tencereye yağı ve küçük doğranmış soğanı koyarak hafifçe öldürünüz.
Domateslerin kabuklarını soyup, çekirdeklerini çıkarıp fındık büyüklüğünde doğrayıp soğanlara ilave edip domatesler ölünceye kadar kavurmağa devam ediniz.
Sonra 4 bardak suyu, tuzu karabiberi koyup kaynatınız.
Su kaynayınca taşları ayıklanmış bulguru ilave edip orta hararetli ateşte 15-20 dakika suyunu iyice çekinceye kadar kaynatınız.
Pilav suyunu çekince ocaktan indirip yarım saat dinlendiriniz.
Demlenen pilavı bir iki defâ karıştırıp servis tabağına koyup servis yapınız.