



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PATLICANLI BULGUR PİLAVI

2,5 su bardağı pilavlık bulgur
2 domates
1 soğan
2 adet patlıcan
3 çorba kaşığı tereyağı
Tuz, karabiber

Küp şeklinde doğranmış patlıcanları tereyağında 5 dakika kavurun. Üzerine bulguru ekleyip rendelenmiş soğanla 5 dakika daha kavurun. Rendelenmiş domatesleri ve sıcak suyu üzerine ekleyip kapağını kapatın ve 20 dakika daha pişirin. İsteyen kavurma esnasında içine bir miktar salça ekleyebilir. Ya da maydanoz katıp beş dakika daha dinlendirin ve servis tabağına aktarın. Bu lezzetli pilavın yanına cacık çok yakışıyor bilginiz olsun.