



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BULGUR ÇORBASI

Ergun Köknar

1 su bardağı bulgur
1 su bardağı yeşil mercimek
1 çorba kaşığı katıyağ
2 baş soğan
3 adet domates
3 adet sivri yeşil biber 2 kaşık kıyma
2 kahve kaşığı kuru toz nane
Yeterince tuz, biber.

Bulguru mercimeği yıkayıp ayıklayınız. Bir tencereye koyup 5-6 su bardağı içme suyu ilave edip, orta hararetli ateş üzerinde pişmeye bırakınız. Bulgur ve mercimek yumuşayınca kadar ağır ağır pişiriniz, öte yandan katı-yağı bir kaba koyup eritiniz. Soğanı ince ince doğrayıp pembeleştiriniz. Kıymayı ilave edip kısaca kavurunuz. Küçük küçük doğradığınız sivri biberi kavurmaya katıp bir iki çeviriniz. En son domatesleri kuşbaşı doğrayıp karışıma katınız. 5-6 dakika kavurduktan sonra, bulgur ve mercimek karışımına katınız. Tuzunu biberini ekleyip, suyunu kontrol ediniz. Az ise sıcak su ilave ediniz. 5-6 dakika daha kaynatıp ateşten indiriniz. Üzerine toz nane serpip, sıcak sıcak ikram ediniz.