



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KISIR

- 1 bardak ince bulgur
- 5 yaprak marul
- 1 demet maydanoz
- 5 taze soğan
- 1 çay bardağı zeytinyağı
- Nar ekşisi
- Karabiber, pul biber, kimyon, tuz
- 1 tatlı kaşığı biber salçası
- 1 tatlı kaşığı domates salçası

İnce bulguru, çekecek kadar sıcak suyla ıslatın. Kapağını kapatıp 5 dakika kadar bekletin. Bulgurun içerisine salça, zeytinyağı, nar ekşisi ve baharatları ekleyip iyice karıştırın. Yeşillikleri de ince ince kıyıp ilave ettikten sonra karıştırmaya devam edin.

