



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BULGURLU MÜCVER

2 adet havuç
7-8 yaprak karalahana veya pazı
5-6 adet taze soğan
1 adet kapya biber
Yarım demet dereotu
6-7 sap taze nane
1/3 demet maydanoz
2 diş sarımsak
Yarım bardağı ince köftelik bulgur
Yarım su bardağı ılık su
3 adet yumurta
2 yemek kaşığı sıvı yağ
4 çorba kaşığı un
Kızartmak için sıvı yağ
Tuz
Karabiber
Kırmızı pul biber

Bulguru ılık su ile ıslatın. Suyunu tamamen çekip kupkuru kalana kadar bekletin. Havucu rendenin ince tarafıyla rendeleyin. Pazı veya kara lahananın saplarını kesip atın, yaprakları ince ince kıyın. Yeşil taze soğan, maydanoz, dereotu ve naneyi de yine incecik kıyın. Kırmızı biberi minik küpler halinde doğrayın. Tüm malzemeyi geniş bir kaba koyun. İçine yumurta, yağ, tuz, karabiber, kırmızı biber, kimyon, un ilave edin. Tüm malzemeyi iyice karıştırın, elle yoğurarak malzemenin birbirine yapışmasını sağlayın. Tavaya koyduğunuz yağı kızdırın, mücverde olduğu gibi kaşık kaşık alınan malzemeyi altı üstü nar gibi olana dek kızartın. Kızartılan mücverleri önce kağıt havlu üzerine alın, sonra servis tabağına dizin.

