



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KUZU ETLİ BULGUR PİLAVI

Malzeme

- 2 su bardağı bulgur
- 3 yemek kaşığı Sana
- 3 su bardağı et suyu (1 tablet et bulyon =yarım paket et toz bulyon)
- 250 g kuzu kuşbaşı
- 3 adet sivri biber
- 1 su bardağı haşlanmış nohut
- 1 adet kuru soğan
- 4 adet taze soğan
- 1 tatlı kaşığı kırmızı pul biber
- Tuz ve karabiber

Hazırlanışı

Kuru soğanı yemeklik doğrayınız.

Sivri biberlerin tohumlarını çıkarıp, yarım halka şeklinde doğrayınız.

Kuzu kuşbaşılarının fazla yağlarını alıp, istediğiniz büyüklükte kesiniz.

Taze soğanları ayıklayıp, ince ince doğrayınız.

Yayvan bir tencerede Sıvı Sana'yı kızdırıp, içine doğranmış kuzu etlerini ilave edip, etler suyunu çekinceye kadar iyice kavurunuz.

Etler rengini alınca içine doğranmış kuru soğanları ilave edip, soğanlar pembeleşinceye kadar kavurunuz.

Renk alan soğanların içine doğranmış sivri biberleri ve taze soğanları ekleyip, sote etmeye devam ediniz.

Daha sonra içine yıkanmış bulguru ilave edip, 5 dak. hepsini birlikte kavurunuz.

En son olarak içine haşlanmış nohutları, et suyunu, kırmızı pul biberi ve tuz ve karabiberi ekleyip, bir kaç kere karıştırdıktan sonra ateşi altını kısıp, bulgurlar göz göz olana kadar kapağı kapalı olarak pişirip, üzerine kâğıt havlu koyup, demlendiriniz.

Demlenen bulgur pilavın yavaşça karıştırıp, havalandırdıktan sonra servis tabağına alıp, sıcak olarak servis ediniz.



Fotoğraf "Vidani" tarafından gönderildi. 17.04.2015