



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZELİ BULGUR PİLAVI

1,5 su bardağı pilavlık bulgur
1 soğan
1 su bardağı bezelye
1 patates
1 havuç
2 çorba kaşığı tereyağı
1 tatlı kaşığı domates salçası
Tuz
Karabiber

Tereyağını tencerede eritin, üzerine salçayı, küp şeklinde doğranmış sebzeleri, bezelyeyi ve bulguru ilave ederek karıştırın. 3 dakika çevirip üzerine suyunu verin. Üzerini 2 parmak geçecek kadar sıcak su eklemek yeterli. Orta ateşte suyunu çekinceye kadar pişirip altını kısın, 10 dakika kadar demlenmesini sağlayın. Baharatını ekleyin, sıcak olarak sofraya getirin.