



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

AHENKLİ BULGUR PİLAVI

3 ay bardağı pilavlık bulgur
1 bař sarımsak
1 adet kuru sođan
1 orba kaşığı domates salçası
Yarım orba kaşığı biber salçası
1 ay bardağı zeytinyağı
2 tatlı kaşığı kuru nane
1 tatlı kaşığı tuz
Yarım tatlı kaşığı karabiber
2 su bardađı su

Sođan ve sarımsak çok ince kıyılır. Tencereye aktarılır, Őeffaflařana kadar kavrulur. Sonra yıkanmış bulgur ve salçalar katılır, bir kaç tur çevrilir. Tuz, nane, karabiber ve su ilave edilir. Kapak kapatılır. 10 dakika kadar pişirilir. Karıştırılır ve servise sunulur.