



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ANADOLU BULGUR PİLAVI

2 su bardağı bulgur
3 su bardağı et suyu
1 adet kuru soğan
1 adet orta boy domates
1 orba kaşığı tereyağı
1 ay bardağı haşlanmış nohut
1 ay bardağı haşlanmış yeşil mercimek
1 demet nane
Pul biber
Tuz

Soğanı rendeleyip yağda pembeleştiririm. Doğranmış domatesi ilave edip kavurduktan sonra içine et suyunu koyalım. Karışım kaynayınca ayıklanıp, yıkanmış bulgur, tuz ve pul biberi ekleyip suyunu çekmesini bekleyelim. Ateşten almadan önce mercimek ve nohudu ilave edelim. Pilavı tamamen suyunu çekene kadar kısık ateşte pişirelim. Dinlendirip üzerine ince doğranmış nane serpelim.