



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BAT

Yarım ay bardağı ince bulgur
2 su bardağı mercimek
1 ceviz içi
5 su bardağı sivri biber
2 adet domates
1 adet domates salçası
2 yemek kaşığı taze soğan
Yarım demet nane
Yarım demet maydanoz

Mercimeği yıkayıp suyunu süzün. Tencereye aktarıp 2.5 su bardağı su ekleyip kaynatın. Üzerinde biriken köpüğü kepçe yardımıyla alın. Ocağın ısısını düşürüp mercimekler yumuşayınca kadar pişirin. Bulguru ekleyip karıştırın. Tencereyi ocaktan alıp kapağını kapatın ve soğuyuncaya kadar bekletin. Ceviz içini mutfak robotunda çekin. Biberleri temizleyin. Biberler, taze soğanlar ve diğer otları ince kıyın. Domatesin kabuklarını soyup küp doğrayın ve hepsini harmanlayın. Soğuyan mercimeğe salça, tuz, pul biber, soğan, domates ve otlu karışımı ilave edip karıştırın. Ceviz içini de ilave edip salamura veya haşlanmış asma yaprağı üzerinde servis yapın.