



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BATIRIK (KONYA)

1 su bardağı ince bulgur
Yarım çay bardağı tahin
1 yemek kaşığı biber salçası
1 adet kuru soğan
2 adet domates
2 adet salatalık
Yarım demet maydanoz
2 adet yeşil biber
Yarım demet nane
3 dal taze soğan
Yarım çay bardağı zeytinyağı
Yarım çay bardağı limon suyu
1 tatlı kaşığı pul biber
1 çay kaşığı kimyon
5 su bardağı soğuk su
2 çay bardağı sıcak su
2 yemek kaşığı nar ekşisi
5 yaprak marul
Tuz

Tahini küçük bir tavada ısıtın.
Bulguru sıcak su ile ıslatın. Bulgurlar şiştikten sonra kullanıma hazır demektir.
Şişen bulgurun içine ısıttığınız tahini ve kimyonu alıp, karıştırın.
Tüm sebzeleri incecik doğrayıp kuru soğanı rendeleyin.
Bulgurlu karışıma soğan ve salçayı ekleyerek karıştırın.
Biber, domates, salatalık, taze soğan, nane ve maydanozu ekleyip karıştırmaya devam edin.
Baharatları ve nar ekşisini de ekleyip, karıştırın.

