



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## BATIRIK (KONYA)

- 1 su bardağı ince bulgur
- 1/2 çay bardağı tahin
- 1 yemek kaşığı biber salçası
- 1 adet küçük boy kuru soğan
- 2 adet domates
- 2 adet salatalık
- 1/2 demet maydanoz
- 2 adet yeşilbiber
- 1/2 demet nane
- 3 dal taze soğan
- 1/2 çay bardağı zeytinyağı
- 1/2 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
- 1 çimdik tuz

Tahini bir tavada 2-3 dakika kadar ısıtın.

Bulguru 2 çay bardağı sıcak su ile ıslatın. Bulgurlar şiştikten sonra hazır demektir.

Şişen bulgurun içine tahini ve kimyonu alıp, karıştırın.

Tüm sebzeleri incecik doğrayın. Kuru soğanı rendeleyin.

Bulgurlu karışıma soğan ve salçayı ekleyerek karıştırın.

Biberi, domatesi, salatalığı, taze soğanı, naneyi ve maydanozu ekleyip nazikçe karıştırın.

Baharatları ve nar ekşisini ekleyip, karıştırmaya devam edin.

Susuz tüketmek istiyorsanız elinizi hafif ıslatarak, küçük parçalar alın ve köftelik şekil verip, marulların üzerine dizin. Sulu tüketecekseniz 5-6 bardak suyu ekleyin ve karıştırın. Üzerine ince doğranmış marulları ekleyip servis edebilirsiniz.



