



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BOLONEZ SOSLU BAŞBAŞILI BULGUR PİLAVI

Sos için:

200 gr kıyma

3 diş sarımsak

1 kuru soğan

1 dolu kaşık salça

1 su bardağı domates püresi veya rendesi

1 su bardağı küp doğranmış domates

Ketçap (yerine 1 kesme şeker de kullanabilirsiniz.)

Tuz karabiber kekik fesleğen

Yarım çay bardağı zeytinyağı

Bulgur için:

1 bardak başbaşı bulgur

2 bardak sıcak su

1 yemek kaşığı zeytinyağı

1/2 yemek kaşığı tereyağı

Üzerine:

Kaşar veya parmesan rendesi

Bolonez Soslu Başbaşılı Bulgur Hazırlanışı

Önce bolonez sosu hazırlayın.

Zeytinyağını tavaya koyun ve sarımsakları doğranıp yakmadan kavurun.

Arkasından rendelenmiş kuru soğan ve kıyma ilave edilip birlikte kavurun.

Kıyma tane tane olunca salça ilave edin. Karıştırıp domatesleri ekleyin.

Diğer malzemeleri de sırasıyla ilave edin.

Birkaç dakika kaynatıp altını kapatın

Bulgur pilavını pişirmek için yayvan bir tencereye zeytinyağını koyun, bulguru ilave edin.

1 dakika kavurun ve tereyağını ilave edin.

Tuzu ve suyu ekleyin.

Kısık ateşte 15 dakika bulgurları göz göz oluncaya kadar pişmeye bırakın.

Servis ederken bulgurun üzerine bol sos dökün.

En üste de tercihen parmesan peyniri veya kaşar rendesi ekleyin.



