



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BÖRÜLCELİ CEVİZLİ PİLAV

2, 5 su bardağı bulgur
200 gr taze börülce
3 adet soğan
2 diş sarımsak
1 su bardağı ceviz içi
2 yemek kaşığı tereyağı
Karabiber
Tuz
5 su bardağı et suyu

Börülceleri temizleyip çok az haşlayıp bir kaba alalım.

Soğanları ince doğrayıp pilav tenceresine koyup 2 yemek kaşığı tereyağı ile kavuralım.

Ezdiğimiz sarımsağı da ekledikten sonra karıştırıp bulguru yıkayıp süzüp ekleyelim. 2-3 dakika kadar bulgurla birlikte kavurduktan sonra bulgurun üzerini 1 parmak geçecek şekilde etsuyunu ve börülceleri ilave edelim.

Tuz ve karabiber ile tadlandırarak tencerenin kapağını kapatalım. Kısık ateşte bulgur suyunu çekip yumuşayana kadar pişirelim.

Üzerine iri dövülmüş ceviz serpererek servis yapalım.

