



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BULGUR EKMEĞİ

- 1 Yemek Kaşığı Sana Hamurışı
- 1 Su Bardağı Esmer Köftelik Bulgur
- 1 Biraz Karabiber
- 1 Biraz Kışniş
- 1 Biraz tuz
- 1 Adet Domates
- 2 Adet soğan
- 1 Adet sivri biber
- 1 Çay Bardağı zeytinyağı
- 2 Çay Kaşığı tane kimyon
- 1 Çay Bardağı un
- 1 Tatlı Kaşığı acı kırmızı pul biber
- 1 Biraz Kimyon

Bulgur ve unu bir kapta karıştırın. Domatesin kabuğunu soyup incecik doğrayın. Bulgurlu karışıma ekleyip karıştırın. Soğan ve biberi incecik kıyıp margarin ve zeytinyağında kısık ateşte kavurun. Tane kimyon ve acı kırmızı pul biberi ekleyip karıştırın. Bulgurlu karışıma tuz, kimyon, kışniş ve karabiber ekleyip gerekirse su ilavesi yaparak yoğurun. Soğanlı karışımı da ekleyip yoğurmaya devam edin. 4-5 cm çapında yuvarlak, yassı ekmekler hazırlayın. Fırın tepsisine dizip önceden ısıtılmış 200 derece fırında 20-25 dakika pişirin. Ilık servis yapın.
