



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BULGUR PİLAVI (KARAMAN)

İsmail Hakkı Güleç

Tencerede tereyağı ısıtılır.

Arpa şehriye kavrulur.

Bulgur dökülerek iyice kavrulur.

Suyu dökülerek tuzu atılıp pişmeye bırakılır.