



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

BULGUR PİLAVI (NEVŞEHİR)

2 yemek kaşığı tereyağında 250 g kuşbaşı et kavrulur. 2 adet ince doğranmış kuru soğan eklenir, kavurmaya devam edilir. 2 adet ince doğranmış domates ilave edilir ve eriyinceye kadar pişirilir. Salça, 1,5 su bardağı bulgur, tuz eklenir bir-iki karıştırılır. 3 su bardağı su ilave edilip 10 dakika pişirilir. Biraz suluca bırakılıp tüketilir.
