



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BULGUR PİLAVI

2 su bardağı pilavlık bulgur
1 adet kuru soğan
2 adet yeşil biber (isteğe bağlı)
2 adet domates (rendelenmiş)
1 yemek kaşığı domates salçası
3 yemek kaşığı sıvı yağ veya tereyağı
4 su bardağı sıcak su veya tavuk suyu
Tuz
Karabiber
Kırmızı pul biber (isteğe bağlı)

Tencereye sıvı yağı koyun ve yemeklik doğranmış soğanları pembeleşene kadar kavurun.

Doğranmış yeşil biberleri ekleyerek birkaç dakika daha kavurun.

Salçayı ekleyip karıştırarak kokusu çıkana kadar kavurun. Ardından rendelenmiş domatesleri ekleyin ve 2-3 dakika pişirin.

Yıkayıp süzdüğünüz bulguru tencereye ekleyin ve malzemelerle iyice karıştırarak birkaç dakika kavurun.

Sıcak suyu veya tavuk suyunu ilave edin. Tuz ve baharatları ekledikten sonra karıştırın.

Tencerenin kapağını kapatın ve kısık ateşte suyunu çekene kadar pişirin.

Pişen pilavı ocaktan alın ve kapağın altına bir kağıt havlu koyarak 10 dakika dinlendirin.

