



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## BULGUR PİLAVI

500 gr. bulgur  
200 gr. yağ  
1 Adet kuru soğan  
5 adet sivri biber  
1 adet iri domates  
1 tatlı kaşığı tuz  
4 su bardağı su ya etsuyu

Bulguru iyice yıkadıktan sonra suyunu iyice süzün, tencereyi ateşe koyun yağ ve ince doğranmış kuru soğanı ekleyin. Orta ateşte soğanlar sararıncaya kadar kavurun. Halka şeklinde doğranmış biberi ve bulguru da ilave ederek 5 dakika daha kavurun. Sonra kabuğu soyulup zar gibi doğranmış domatesi etsuyunu ve tuzunu katıp bir kere kuvvetlice kaynatıp karıştırdıktan sonra 15 dakika ağır ateşte pişirin. En az 10 dakika demlendirdikten sonra servise sunabilirsiniz.

[ML® Bulgur Pilavı için tıklayın](#)



Fotoğraf "İsmet Atabay" tarafından gönderildi. 18.11.2014