



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BULGUR PİLAVI

400 gr (3+1/2 su bardağı) bulgur (ayıklanıp yıkanmış ve süzölmüş)

175 gr (12 çorba kaşığı) tereyağı

1 büyük soğan (ince doğranmış)

4 sivri biber (halka doğranmış)

2 büyük domates (kabuğı soyulup çekirdekleri çıkarılmış)

3+1/2 su bardağı et suyu 1+1/2 çay kaşığı tuz

Orta boy bir tencerede, orta ateşte yağı eritiniz. Yağ kızınca önce soğanı koyup 4-5 dakika, soğanlar pembeleşinceye kadar pişiriniz. Hemen sonra biberleri koyup 1-2 dakika daha kavurunuz; bulguru ekleyerek 5-6 dakika devamlı karıştırarak kavurunuz. Domates, et suyu ve tuzu ekleyip 2-3 dakika ateşin altını açarak kaynattıktan sonra, bulguru bir kere karıştırıp ağır ateşte 10-12 dakika pişmeye bırakınız. Tencereyi ateşten alıp ağzına bir tölbent yada bez koyarak 15 dakika kadar demlendirdikten sonra servis ediniz.

Not: Bulgur pilavı, çeşitli kebab ve köftelerin yanında garni olarak servis edilebilir.