



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

BULGUR PİLAVI

2 Yemek Kaşığı Sana Klasik
4 Diş sarımsak
2 Adet orta boy soğan
2 Su Bardağı iri taneli bulgur
2 Çorba Kaşığı domates salçası
1 Tatlı Kaşığı karabiber
0,5 Adet rendelenmiş havuç
1 Tatlı Kaşığı nane
400 gr haşlanmış nohut
2 Çorba Kaşığı biber salçası
2 Tatlı Kaşığı kuru kekik
2 Tatlı Kaşığı kırmızı pul biber

Tencereye yağı koyun,soğanı orta incelikte kıyıp içine atın. Soğanlar kavrulduktan sonra sarımsağı da doğrayarak ekleyin. Biraz çevirdikten sonra içine biber salçası ve domates salçası ilave ederek iyice karıştırın.Bulguru da tencereye ekleyin ve karıştırın. Bulgur, sosu çekince havucu,nohudu ve baharatları ekleyin. Son olarak bulgurun üzerine 1 parmak çıkacak kadar kaynar su ekleyin. Tencerenin kapağını kapatıp ocağı kısık ateşe getirin ve 10 dakikada bir bakın. Yemeğiniz suyunu çektiğinde ve bulgurun üzerinde hava alma çukurları oluşunca altını kapatın,15 dakika dinlendirip servis edin.