



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## BULGURLU BAHAR SALATASI (KONYA)

Havuç 3 orta boy  
Domates 2 orta boy  
Salatalık 2 orta boy  
Yeşil biber 6 orta boy  
Yeşil soğan 8 orta boy  
Dereotu 1 demet  
Zeytinyağı 1 su bardağı  
Su 3+1/2 su bardağı  
Duru iri Pilavlık bulgur 2 su bardağı  
Tuz 3 tatlı kaşığı

Bütün sebzeler yıkanır ve ayklanır. Havuçlar kazınır ve rendelenir, yağ ile biraz kavrulur ve su ilave edilerek kaynatılır. Kaynayan suya bulgur salınır, tuz ilave edilir ve kısık ateşte suyunu çekinceye kadar pişirilir. Diğer tarafta kabuğu soyulmuş domates ve salatalıklar küçük küçük küp şeklinde doğranır. Dereotu, birer ve soğanlar ince ince doğranır. Soğumuş olan pilava tüm sebzeler ilave edilip karıştırılarak servis yapılır. (K.K.Yalçiner)

NOT: Özellikle ara öğünlerde sevilerek tüketilir. Tarif Konya'dan alınmıştır.

