



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BULGURLU BÖREK (HAZIR YUFKADAN)

4 kişilik Gerekli malzeme:

4 yufka

1 su bardağı yoğurt

2 yumurta

1 çay bardağı sıvıyağ

1 çay bardağı galeta unu

İç malzeme için:

200 gr kıyma

1 su bardağı ince bulgur

1 soğan

1 çay bardağı sıvıyağ

1 su bardağı su

Tuz,

pulbiber,

kimyon

İç malzemeyi hazırlamak için soğanı yemeklik doğrayın. Sıvıyağı kızdırıp kıyma ve soğanı kavurun. Bulgur, tuz, pulbiber ve kimyonu ilave edip karıştırın. Daha sonra suyu ekleyip pişirin ve pilav gibi demlendirin.

İki yufkayı üst üste yerleştirip üçgen şeklinde 8 eşit parçaya bölün.

Yoğurt, sıvıyağ ve 1 yumurtayı çirpin, yufkaların üzerine sürün. Her parçanın içine hazırladığınız bulgurlu ve kıymalı içten yerleştirip sigara böreği gibi sarın. Diğer iki yufkaya da aynı işlemleri uygulayın.

Hazırladığınız börekleri yağlanmış fırın tepsisine dizin. Üzerlerine kalan bir yumurtanın sarısını sürün ve galeta unu serpin. Önceden ısıtılmış 200 dereceye ayarlı fırında 40 dakika pişirin.