



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BULGURLU BÖREK

MALZEMELER

hamur için:

1 çorba kaşığı eritilmiş margarin

4 su bardağı un

1 adet yumurta

1 su bardağı su

tuz

içi için:

4 çorba kaşığı eritilmiş margarin

2 su bardağı pilavlık bulgur

1 adet tavuk göğsü

3 su bardağı su

1 tatlı kaşığı domates salçası

tuz

karabiber

kırmızı toz biber

nane

HAZIRLANIŞI

Önce iç malzemesini hazırlamalısınız. Bunun için, tavuk etini tencerede alıp 3 su bardağı su ile yumuşayana kadar haşlayın. Ardından tavuğun suyunu süzün ve eti tel tel ayırın. Ayırma işlemi bittikten sonra tekrar tavuk suyuna atın. Bulguru, domates salçasını, margarini, baharatları ve tuzu ekleyin. Tencerenin kapağı kapalı bir şekilde kısık ateşte suyunu çeken kadar pişirin ve suyunu çekince ateşten alın. Hamuru hazırlamak için ise; Unu derin bir kaba koyduktan sonra yumurta, margarin, su ve tuz ekleyip yoğurun. Hamur kulak memesi kıvamında olmalıdır. Sonra hamuru merdane ile açın ve eşit büyüklükte kareler olarak kesin. Her karenin ortasına bulgurlu karışımdan koyun ve yayın. Köşelerini üst üste getirin ortada toplayın yani bohça biçiminde katlayın. Bu işlem bittikten sonra börekleri önceden yağlamış olduğunuz tepsiye dizin. Bu arada fırını 180 derecede ısıtmış olmalısınız. Önceden ısıtılmış 180 dereceli fırında üzeri kızarana kadar pişirin. 5-6 dakika dinlendirip servis yapın.