



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BULGURLU CEVİZLİ BÖREK

3 tane Yufka
300 gr kıyma
1 ay bardağı bulgur (ince)
2 tane soğan
Yarım ay bardağı ceviz içi
Bir kâse yoğurt
100 gr margarin
1 su bardağı Galeta unu
1'er tutam tuz ve karabiber

Öncelikle soğanı ayıklayıp soyalım, kesme tahtasında yemeklik doğrayalım. Bir tavaya yağı alalım, soğanı ilave edip sote edelim, kıymayı ilave edip suyunu salıp çekene kadar kavuralım. Bulguru ve suyu katıp birkaç dakika pişirelim. Ocağın altını kapatıp dinlendirelim(bulgurun şişmesi için). Tuz, karabiber ve cevizi katalım ve karıştıralım. Yufkaları dört eşit parçaya bölelim, yoğurt ve yağ karışımı ile yufkaları ıslatalım. İç koyacağımız tarafı iki kat yapalım ve yeteri kadar iç koyalım ve rulo yaparak saralım. Yoğurt ve margarin karışımıyla rulonun üzerini ıslatalım ve galeta ununa batırıp, yağlanmış tepsiye dizelim. 170 derecelik ısıda yarım saat pişirelim.