



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

BULGURLU FASULYE

250 g taze fasulye
2 domates
2 biber
4 arpacık soğan veya 1 kuru soğan
1 tatlı kasığı domates salçası
1 çay bardağı pilavlık bulgur
3-4 su bardağı su
1 dolu tatlı kasığı tuz
1 tatlı kasığı karabiber
1 tatlı kasığı pulbiber
1 diş sarımsak
Zeytinyağı

Fasulyeleri ayıklayıp küçük küçük doğrayın.
Soğanları ve biberi doğrayıp tencereye alın ve kavurun.
Küçük doğranmış domatesleri ve sarımsağı ilave edin hafif pişirin.
Karıştırıp 10 dakika kadar kendi suyuyla pişirin.
Üzerine 3-4 su bardağı kadar su ekleyin.
Kaynayınca bulguru ve tuzunu atın.
Bulgur yumuşayıp suyu özleşene kadar pişirin.
Gerekirse su ilave edin.

