



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## BULGURLU SEMİZOTU

- 1 bađ semizotu
- 1 orta boy kuru sođan
- 1 kahve fincanı zeytinyağı
- 1 yemek kaşığı domates salçası
- 2 adet domates
- 1 yemek kaşığı bulgur ya da pirinç

Semizotunu yıkayıp temizleyin, fazla küçültmeden doğrayın, bir kenarda bekletin.

Küçük bir tencereye zeytinyağını koyun, yemeklik doğradığınız soğanları pembeleştirin. Sođanlar pembeleşince salçayı ekleyip karıştırın. Domatesleri küp küp doğrayın, tencereye ekleyin. Semizotlarını da ilave edin, tuzunu atın ve tencerenin kapağını kapatıp kısık ateşte pişmeye bırakın. Semizotu suyunu salınca 1 kaşık kadar bulgur ya da pirinç ekleyin.

Yemeğiniz kısık ateşte kendi suyuyla pişecektir. Ancak biraz daha sulu severseniz su ekleyebilirsiniz. Bulgur ya da pirinç yumuşadıktan sonra altını kapatın.

