



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://www.lezzetler.com)

BULGURLU YUMURTA

2 adet Keskinöğlü Yumurta
1 kaşık Ravika zeytinyağı
1 su bardağı bulgur
2,5 su bardağı sıcak su
Yarım demet maydanoz
1 adet yeşil soğan
2 adet kıvırcık salata
2 adet limon (suyu için)
2 çorba kaşığı salça

1 su bardağı köftelik bulguru sıcak suyla ıslatıp 15 dakika bekletin. İçine ince kıyılmış maydanoz, yeşil soğan ve kıvırcık salata yapraklarını ekleyin. Limon suyunu ve salçayı da ilave ettikten sonra iyice karıştırın. Hazırladığınız bulgura son olarak kimyon, kırmızı biberi, tuz ve karabiberi ekleyip tamamlayın. Teflon bir tavada yumurtaları Ravika zeytinyağında omlet kıvamında pişirin. Omleti küçük parçalara ayırın ve hazırladığınız bulgurlu karışıma koyup servis edin.

