



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## ÇİRİŞ OTU KAVURMASI

<https://www.sozcu.com.tr>

Yarım kg. çiriş otu  
3 yemek kaşığı zeytinyağı  
1 adet soğan  
1 adet domates  
1 tatlı kaşığı salça  
1 yemek kaşığı bulgur  
1 çay bardağı sıcak su  
Tuz  
Karabiber  
Pulbiber

Öncelikle zeytinyağını bir tencereye alıp ısıtın. Üzerine soğanı yemeklik doğrayıp kavurun. Domatesi ve salçayı ekleyip kavurmaya devam edin. Üzerine doğradığınız çiriş otlarını ilave edin. En son bulgur ve tuzu ekleyip karıştırın. 1 çay bardağı sıcak su ilave edip tencerenin kapağını kapatın. Bulgurlar yumuşayınca pul biberi karabiberi ekleyip karıştırın. Ocaktan alıp, dinlendirdikten sonra servis yapın.

Not: Bulgur ve su ekmeden, kendi suyuyla kısık ateşte pişirilebilirsiniz.

---