



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ÇİRİŞ OTU YEMEĞİ

Yarım kilo çiriş otu
Yarım çay bardağı bulgur
1 tatlı kaşığı salça ya da mevsiminde 2 adet domates
1 yemek kaşığı yağ
1 adet orta boy soğan
1 miktar Pul biber
1 tutam Tuz

Çiriş otunu ayıklayıp yıkayın ve iri şekilde doğrayın.

Yağı tencereye alın. Soğanı ince ince doğrayın pembeleşinceye kadar kavurun. Sana yağı ve salçayı (domates kullanacaksanız küp küp doğranmış domatesleri) ilave ederek 1 dakika kadar kavurun.

Doğranmış olduğunuz çiriş otlarını tencereye ekleyip 2-3 dakika soteleyin. Daha sonra yemeğin üzerini geçmeyecek şekilde sıcak su koyup tuz ve biberini ayarlayın. Bulguru da ilave ederek bulgurlar yumuşayınca kadar pişirin.

