



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## DOLAMANLI BULGUR PİLAVI

Şafak UYSAL

Yeşil Biber 2 Adet 50 Gr  
Domates 1 Adet  
Zeytin Yağı Yarım Çay Bardağı  
Tereyağı 1 Tatlı Kaşığı  
Dolaman Mantarı 4 Adet  
Tavuk ve Koyun Eti 1 kg  
Kuru Soğan 1 Adet  
Duru Başbaşı Bulgur 2 Su bardağı  
Kaynayan Su 4 Su bardağı  
Tuz 2 Çay kaşığı

Yayvan bir tavada ince doğranmış soğanlar ve küp küp doğranmış dolamanlar kavrulur. 2dk sonra ince doğranmış biberler ve kabuğu soyulmuş domatesler ilave edilip karıştırılır. 2 dk sonunda bulgur ilave edildikten hemen sonra kısık ateşte tuz ve kaynayan su dökülerek bulgurlar göz göz olana kadar pişirilir . 20 dk dinlendikten sonra karıştırılarak servise sunulur.

Not: isteğe bağlı olarak maydanozla servis yapılır.

