



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

DOMATESLİ BULGUR PİLAVI (ISPARTA)

Isparta İl Kùltür ve Turizm Müdürlüğü

2 Adet Orta Boy Domates
4 Çorba Kaşığı Sıvı Yağ
1 Su Bardağı Bulgur
1 Çay Bardağı Haşlanmış Nohut
1,5 Su Bardağı Su
Tuz

Bir tava içërisine konulan yağın üzerine kabuğı soyulmuş domatesler ince şekilde doğranır. Su ve haşlanmış nohut eklenerek ateşe konulur. Kaynamaya başlayınca içine tuz katılıp bulguru salınır. Pilav pişince dinlendirilerek servis yapılır.

