



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## DOMATESLİ KISIR

1,5 su bardağı ince bulgur  
3 domates  
5 dal taze soğan  
2 çorba kaşığı pul biber  
Yarım çay bardağı zeytinyağı  
1 limon  
3 çorba kaşığı nar ekşisi  
Tuz  
Karabiber  
Nane  
Maydanoz

Bulguru derin bir kabın içine alıp üzerine sıcak suyu ekleyin ve kapağı kapatıp şişmesini bekleyin. Bu arada soğanı ince kıyıp tuzla ovalayın. Maydanozu, rendelenmiş domatesi, pul biberi de üzerine ekleyip karıştırın. Taze soğanı ince kıyıp bulgurun içine ekleyip harmanlayın. Yağını, ekşisini ve limonunu ekleyip küçük kaplara bastırın ve biraz bekleyin. Daha sonra da servis tabağını ters çevirip aktarın.