



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

DOMATESLİ MERCİMEKLİ BULGUR PİLAVI

2 Su Bardağı yeşil mercimek
1 Su Bardağı pilavlık bulgur
2 Adet knor bulyon
0,5 Yemek Kaşığı domates salçası
1 Tatlı Kaşığı Karabiber
1 Çay Kaşığı tuz
2 Adet Domates
1 Avuç şehriye
1 Fincan ayçiçek yağı
0,5 Yemek Kaşığı biber salçası
50 Gr Sana Klasik Kase

Tencereye sıvı yağı koyun. Şehriyeleri yağa katıp sarartın. Salçaları ekleyip kavurun. üstüne soyulup doğranmış domatesleri ekleyip pişirin. Aynı bir kaptaki yeşil mercimeği yumuşayınca kadar haşlayın. Yıkadığınız bulguru tencereye ekleyin ve kavurun. Yeşil mercimekleri ekleyip kavurun. 1 su bardağında knor bulyonları eritin.ve tencereye ekleyin. Bulgurun üstünü kapatacak şekilde su koyun ve tuzu ekleyin . Kısık teşte pişirin. Pişince altını kapatıp kapağın altına kağıt havlu koyun. Margarini eritip karabiberi ekleyin. Pişirdiğiniz pilavın üstünde dökün.