



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

EKŞİLİ BULGUR PİLAVI

3,5 yemek kaşığı (125 gr) margarin
2 su bardağı bulgur
2 adet soğan
1 su bardağı süzme yoğurt
1 demet nane
1 demet dereotu
1 demet maydanoz
1 demet ebeğümeci otu
1 demet pazı
6-7 adet asma yaprağı
2 tatlı kaşığı salça
4 su bardağı sıcak su
2 çay kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber

2,5 yemek kaşığı tereyağı eritin ve ince doğranmış soğanları ekleyerek kavurun. Soğan kavrulunca suyu ilave edin. Bulguru başka bir tencerede haşlayıp süzdükten sonra soğanların kavrulduğu tencereye alın. Üzerine bütün yeşil sebzeler ve asma yapraklarını doğrayın ve bir süre kaynatın. Kaynadıktan sonra, yoğurdu yavaş yavaş içine ilave edin. 1 kaşık tereyağda kavrulmuş salçayı üzerine dökerek servis edin.