



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

EKŞİLİ PİLAV SAFRANBOLU (KARABÜK)

Malzemeler:

1 kilogram siyez (siyah bulgur) bulguru,
yarım kilogram yoğurt,
iki adet soğan,
bir demet nane,
bir demet dereotu,
bir demet maydanoz,
ebegümeci otu,
salça,
karabiber,
tuz.

Yapılışı:

İlk önce bulgur haşlanır, haşlanmış olan bu bulgura ebegümeci ve yoğurt eklenerek kaynatılır ve karışım biraz koyulaşınca üzerine nane, maydanoz ve dereotu doğranılarak atılır. Ateşten alınıp biraz dinlendirilince kırmızı biber ve eritilmiş tereyağı ve eklenerek sulu bir pilav halinde servise alınır.