



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

---

## ELMALI KISIR

- 2 su bardağı ince bulgur(1 saat ıslatılmış ve süzölmüş)
- 2 adet kuru soğan (İnce doğranmış)
- 2 adet domates (kabukları soyulmuş, doğranmış)
- 1 bağ maydanoz (ince kıyılmış)
- 1 bağ taze nane (ince kıyılmış)
- 1 bağ taze soğan (ince kıyılmış)
- Su
- 1 Çay bardağı zeytinyağı
- 1 adet limonun suyu
- Nar ekşisi
- 2 adet ekşi elma (soyulmuş ve kare doğranıp limon suyuna karıştırılmış)
- 1 Çay kaşığı kırmızı biber

Çukur kap içine önce soğanı, tuzu ve bulguru koyup, biraz ezerek karıştırın. Su hariç bütün malzemeyi ilave ettikten sonra ezmeden karıştırın. Lezzetini kontrol edin, yeşil salata il servis yapın.

---