



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://BanuAtabay.com)

## ETLİ BULGUR PİLAVI

2 su bardağı bulgur  
3 yemek kasığı sıvı margarin  
3 su bardağı et suyu (1 tablet et bulyon =yarım paket et toz bulyon)  
250 gr. Kuzu kusbasi  
3 adet sivri biber  
1 su bardağı haslanmış nohut  
1 adet kuru soğan  
4 adet taze soğan  
1 tatlı kasığı kırmızı pul biber  
Tuz  
Karabiber

Kuru soğanı yemeklik doğrayınız. Sivri biberlerin tohumlarını çıkarıp, yarım halka şeklinde doğrayınız. Kuzu kusbalarının fazla yağlarını alıp, istediğiniz büyüklükte kesiniz. Taze soğanları ayıklayıp, ince ince doğrayınız. Yayvan bir tencerede sıvı margarin kızdırıp, içine doğranmış kuzu etlerini ilave edip, etler suyunu çekinceye kadar iyice kavurunuz.

Etler rengini alınca içine doğranmış kuru soğanları ilave edip, soğanlar pembelesinceye kadar kavurunuz. Renk alan soğanların içine doğranmış sivri biberleri ve taze soğanları ekleyip, sote etmeye devam ediniz. Daha sonra içine yıkanmış bulguru ilave edip, 5 dak. hepsini birlikte kavurunuz.

En son olarak içine haslanmış nohutları, et suyunu, kırmızı pul biberi ve tuz- karabiberi ekleyip, bir kaç kere karıştırdıktan sonra ateşi altını kısip, bulgurlar göz göz olana kadar kapagi kapalı olarak pisirip, üzerine kagit havlu koyup, demlendiriniz. Demlenen bulgur pilavın yavaşça karıştırıp, havalandırdıktan sonra servis tabagina alip, sıcak olarak servis ediniz.

[ML® Sarımsaklı Bulgur Pilavı için tıklayın](#)