



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## ETLİ BULGUR PİLAVI

3 adet soğan  
3 kaşık yağ  
750 gr. koyun eti  
2 domates  
2,5 bardak bulgur  
4 kaşık tereyağı  
Tuz  
Karabiber

Bir tencereye 3 soğanı doğrayıp 3 yemek kaşığı yağda pembeleştirin. 750 gram kadar kuşbaşı koyun eti katıp et, suyunu salıp tekrar çekinceye kadar ateşte tutun. Sonra 2 domates, karabiber, tuz, 2 bardak sıcak su katıp pişirin. Suyunu çekince 2 bardak sıcak su koyup indirin. Suda kabartılmış 2,5 bardak bulguru, 4 kaşık yağda 10 dakika kadar döndürdükten sonra etlere katın. Arada bir karıştırarak suyunu çekinceye kadar pişirin.