



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## GÜLEN KISIRLAR

- 1 Yemek Kaşığı Sana Klasik
- 2 Yemek Kaşığı domates salçası
- 1 Adet limon
- 1 Tutam dere otu
- 1 Adet kuru soğan
- 6 Adet zeytin
- 2 Yemek Kaşığı pulbiber
- 5 Adet taze soğan
- 2 Bardak su
- 6 Adet çeri domates
- 2 Tatlı Kaşığı tuz
- 3 Diş sarımsak
- 2 Bardak ince bulgur
- 2 Adet Domates
- 1 Çay Fincanı nar ekşisi
- 2 Yemek Kaşığı karabiber

sana klasik yağı bı tavada eritip kuru soğan sarımsak salçayı tuzu ilavede edip kavuralım bulguru ayrı bi kapta sıcak su ile ıslatıp çekmesini bekleyelim kavurduğumuz sos sogudukdan sonra bulgur ile karıştıralım diğer malzeleri ince kıyıp üzerine baharatlar ile birlikte ilave edelim karısını bı kaseye koyup ters çevirelim üzerini nane ceri domates ve zeytin ile susleyelim.