



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

İÇ BAKLALI BULGUR AŞI (HATAY)

Hatay Valiliği
Antakya Mutfağı - Süheyl Budak

MALZEMELER

1 su bardağı haşlanmış iç bakla
2 su bardağı su
1 su bardağı iri bulgur
1/2 su bardağı zeytinyağı
1 küçük kuru soğan

YAPILIŞI

İki su bardağı dolusu su, tencereye dökülerek kaynatılır. Üzerine haşlanmış bakla içleri ve bulgur eklenerek tuz ilave edilip karıştırılır. Suyu çekilinceye kadar pişirilir. Daha sonra altındaki ateş söndürülerek 15 dk. demlenmeye bırakılır. Bir tavaya konulan zeytinyağı ve ince doğranmış soğan, soğanların sararmasına kadar kızdırılır. Ateşten alınıp pilavın üzerine boca edilir. Bir 5 dk. daha bekletilip karıştırılır ve servis edilir.