



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KABAKLI BULGUR PİLAVI (MERSİN)

Kabak 2 orta boy
Su 3 su bardağı
Tuz 2 tatlı kaşığı
Duru Pilavlık Bulgur 2 su bardağı
Tereyağı veya margarin (erimiş) 1/2 su bardağı

Kabaklar yıkanır, ayklanır ve küçük küp şeklinde doğranır. Su kaynatılır, tuz ve kabaklar ilave edilir. Kabaklar biraz yumuşayınca bulgur konur ve kısık ateşte suyunu çekip göz göz oluncaya kadar pişirilip ateşten alınır. Üzerine kızdırılmış yağ dökülür ve peçete örtülerek tencerenin kapağı kapatılır ve 15-20 dakika demlendirilir. (K.K.Almış)

NOT: Tarif Mersin yöresinden alınmıştır. Arzuya göre üzerine 1/2 demet doğranmış dereotu ile servis yapılabilir. Patatesli bulgur pilavı da aynı şekilde yapılır.

[ML© Kabaklı Pilav için tıklayın](#)

