



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KABAKLI BULGUR PİLAVI

- 4 yemek kaşığı margarin
- 4 Adet kabak
- 1 bardak pilavlık bulgur
- 1 Adet kırmızı biber
- 2 Adet domates
- 1 Adet soğan
- 1 fiske pul biber
- 1 Bardak yoğurt
- 3 Diş sarımsak
- 1 fiske tuz

1 Adet kuru soğan yemeklik doğranır ve derin bir tencerede sana margarin ile kavrulur. 2 adet domates rendelenir ve rengi değişen soğanların üzerine ilave edilerek kavrulmaya devam edilir. Yarım halka şeklinde doğranan kabaklar ve minik minik doğranan kırmızı biberler de tencereye ilave edilir ve sotelenir. Bu sırada diğer tarafta 1 su bardağı bulgur güzelce yıkanır ve tencereye eklenip, bütün malzemeler karıştırılır. Kabakların üzerini geçecek kadar sıcak su eklenir. Damak zevkine göre tuz ve pul biber ilave edilir ve pişmeye bırakılır. Üzeri için 3 diş sarımsak dövülür ve bir bardak yoğurt ile güzelce çırpılır. Kabaklı bulgur pilavı pişince bir servis kabına alınır ve sarımsaklı yoğurt üzerine dökülür.
