



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KARAMEL SOĞANLI BULGUR PİLAVI

2 adet kuru soğan
2 su bardağı bulgur
Yarım su bardağı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı tuz
1 tatlı kaşığı karabiber
3,5 su bardağı su

Soğanlar yarım daire şeklinde doğranır. Tencereye zeytinyağı konur, ısınınca soğanlar ve tuz atılır. Soğanlar açık kahverengi renk alana kadar kavrulur. Üzerine yıkanmış ve suyu süzülmüş bulgur ilave edilir. Bir kaç dakika kavrulur. Sıcak su ve karabiber eklenir. Kapak kapatılır. Kaynayınca ateş kısılır ve 10 dakika kadar pişirilir.