



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KAYISILI VE ETLİ BULGUR PİLAVI

Malzeme:

- 200 gr kuşbaşı kuzu eti
- 10 adet arpacık soğan
- 1 su bardağı Bizim Pilavlık Bulgur
- 2 çorba kaşığı Teremyağ
- 1/2 su bardağı ceviz içi
- 2 su bardağı su
- 5 adet kayısı
- 1 adet havuç
- 1 adet soğan
- 3 dal Taze nane
- Sosu İçin :
- 2 çay kaşığı tarçın
- 5 adet karanfil
- 1 tatlı kaşığı kekik
- 2 adet defne yaprağı
- 1/2 su bardağı Altın Hasat Sızma Zeytinyağı

Eti marine etmek için karanfil, tarçın, defneyaprağı, kekik ve zeytinyağını bir kasede karıştırın. Etleri çukur bir kaseye alın. Hazırladığınız sosu etlerle karıştırıp 1 saat kadar bekletin. Arpacık soğanları temizleyip kabuklarını soyduktan sonra kıyın. Etlar yeterince sosta dinlendirildikten sonra geniş bir tencerede kıyılmış soğanlarla birlikte kavurun. Üzerini geçmeyecek kadar sıcak su ile defneyapraklarını ilave edin. Pilav tenceresinde Teremyağı eritip soğan ve havucu kavurun. Üzerine ceviz içi ve sıcak suyu ekleyin. Bir taşım kaynatın. Kısık ateşte bulgurlar yumuşayıp suyunu çekene dek pişirin. Pişmesine 5 dakika kala dilimlenmiş kayısıları ekleyin. Ocaktan alıp demlenmeye bırakın. Pilavı servis tabağına aktarın. Etleri bulgurun ortasına yerleştirin. Kıyılmış nane serpip sıcak servis yapın.