



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KAYMAKLI BULGUR PİLAVI

- 1 tane kabak
- 1 tane yeşil biber
- 1 tane kıyba biber
- 1 tane soğan
- 1 tane havuç
- 1 tane patlıcan
- 2 diş sarımsak
- 2,5 bardak bardağı pilavlık bulgur
- 2 tane domates
- 2 çorba kaşığı domates salçası
- 2 tatlı kaşığı biber salçası
- 4 çorba kaşığı kaymak
- 1 çorba kaşığı tereyağı
- 1 çay kaşığı kimyon
- 1 çay kaşığı pul biber
- 1 çay kaşığı karabiber
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 5 bardak tavuk suyu

Domatesleri rendeleyin

Sarımsakları ve soğanları doğrayın.

Havucu, kabağı ve biberleri küp şeklinde doğrayın

Patlıcanlı alacalı biçimde soyun ve onu da küp şeklinde doğradıktan sonra tuzlu suyun içinde bekletin.

Bir tencerede tereyağını eritin

Tencerede sarımsak ve soğanı hafifçe kavurun.

Suyunu süzdüğünüz patlıcanı, kabak ve biberi de ekleyerek kavurmaya devam edin

Kavrulma işlemi bittiğinde tencerenin içine domatesi ve bulguru da ekleyin.

Bulguru da kavurduktan sonra biber ve domates salçasıyla beraber baharatları da ekleyerek iyice karıştırın.

Tavuk suyunu ilave ederek 15-20 dakika kadar pişirin.

Pişen pilavınızın kapağını açmadan bekleyin ki demlensin.

Demlendikten sonra kaymağı da ekleyip, iyice karıştırın.



