



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

KEPEKLİ BULGUR PİLAVI

2 su bardağı kepekli iri bulgur (yarma)
3 çorba kaşığı sıvıyağ
4 su bardağı sıcak su
Tuz
Kuru nane
Karabiber

Bulguru süzgece koyup akan su altında yıkayın. Pilav tenceresinde sıvı yağı kızdırıp bulguru 2-3 dakika kavurun. Tuz, karabiber, nane ve 4 bardak sıcak suyu ilave edip kısık ateşte pişmeye bırakın. Arada bir karıştırın. Suyunu tamamen çektikten sonra üzerine bir kağıt havlu kapatıp kapağını örtün ve bu şekilde 30 dakika dinlendirin. Harmanlayıp sıcak olarak servis yapın.

