



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KIRMIZI LAHANALI BULGUR PİLAVI

1 kase bulgur
3 yaprak kırmızı lahana
1 ay bardağı ayçiçek yağı
1 tatlı kaşığı tuz
2 kase su

Kırmızı lahana çok ince kıyılır. Sıvıyağda yumuşayana kadar kavrulur. Sonra yıkanmış pilavlık bulgur katılır. Bir kaç dakika daha kavurduktan sonra tuz ve su ilave edilir. Kapak kapatılır. Kaynamaya başlayınca ateş kısılır ve 10 dakika pişirilir. Ateşten alınır, 15 dakika sonra karıştırarak servise sunulur.