



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## KISIR (HATAY)

Hatay Valiliği  
Hatay Mutfak Kültürü ve Yemekleri  
Dr. Kadriye ŞAHİN

2 su bardağı köftelik bulgur  
4 adet domates  
1 yemek kaşığı biber salçası  
1 bağ taze soğan  
1 bağ maydanoz  
Yarım su bardağı kadar nar ekşisi  
1 su bardağı zeytinyağı  
Tuz  
Marul

Domatesler kabuğu soyularak rendelenir veya çok küçük doğranır, bulgurun yumuşaması için üzerine dökülerek beklenir. Arzu sıcak bulguru su ile de hafif ıslatabilir. Soğan ve maydanoz ince doğranır. Yoğurmak için tabanı tırtıklı tepsi kullanılır. Yumuşayan bulgura salça eklenir, tuz serpilir ve kıvama gelinceye kadar iyice yoğrulur. Kıvama gelen bulgurun içine taze soğan ve maydanoz eklenerek harmanlanır. Üzerine zeytinyağı ve nar ekşisi dökülerek iyice yoğrulur. Marul ile servis yapılır.

Not: Arzu eden asma yaprağı ile de tüketebilir.

