



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KISIR (HATAY)

Bulgur  
Biber salçası  
Domates salçası  
Marul  
Taze soğan  
Maydanoz  
Taze nane  
Domates  
Taze biber  
Kimyon  
Nar ekşisi  
Zeytinyağı  
Asma yaprağı  
Marul

Bulgur sıcak su ile ıslatılır.  
Marul, maydanoz, taze soğan, nane, taze biber ince ince kıyılır.  
Domatesin kabukları soyulur ve ayrı bir tabağa ince ince doğranır.  
Bulgur salçalarla yoğrulur.  
Üzerine tuz, kimyon, serpilerek yoğrulmaya devam edilir.  
Domatesler eklenir ve yoğurma işlemi devam eder.  
Zeytinyağı, nar ekşisi eklenir ve bulgurlar yumuşayınca kadar yoğrulur.  
Tüm yeşil sebzeler, içe eklenir ve yoğrulur.  
İç iyice yumuşayınca, yoğurma sona erer.  
Marul yaprakları ve asma yaprağı ile servis edilir.

Not:İstenirse yanında turşu yenilebilir ve ayran içilebilir.

---