



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KISIR

- 250 gram köftelik bulgur
- 1,5 yemek kaşığı domates salçası
- 2 diş sarımsak
- 1 yemek kaşığı kuru nane
- 1 tatlı kaşığı pulbiber
- 2 yemek kaşığı nar ekşisi
- 1 çay bardağı ayçiçeği yağı
- 2-3 adet orta boy domates
- 2 orta boy salatalık
- 2-3 orta boy köy biberi

Salça ve bütün baharatlar yoğrulur, daha sonra bir miktar kaynamış su bulgura eklenir, bulgur suyunu çekince sebzeler doğranır, sarımsaklar rendelenir, yağ ilave edilerek bütün malzemeler iyice karıştırılır. Süslenerek servise sunulur.

