



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KISIR

İnce bulgur
Limon
Kuru soğan
Taze soğan
Maydanoz
Salça
Tuz
Kimyon
Nane
Zeytinyağı
Pul biber

Çiğ köftelik 1 su bardağı ince bulgur derince bir kaba konur. Kaynar su ile üstüne çıkmayacak şekilde ıslatılır. Üzeri mutfak havlusu ile örtülür ve bulgurların şişmesi beklenir. Bu arada yıkanacak, doğranacak malzemeler hazırlanır. Bulgur soğuduktan sonra önce 1 dolu yemek kaşığı salça eklenip tahta kaşıkla karıştırılır. Sonra 1 limon suyu, (nar ekşisi de olabilir) 1 kuru soğan yan doğranmış, 8-10 dal taze soğan, biraz maydanoz, nane, tuz, kimyon, acı pul biber, 1 fincan kadar zeytinyağı eklenip hepsi birden karıştırılır. Acısı ve ekşisi tadılarak artırılır. Turşu, kıvrıcık salata ya da marul yapraklarıyla sunabilirsiniz.

