



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KISIR

Asırlık Tariflerle Türk Mutfağı

450 g ince köftelik bulgur
1 tatlı kaşığı tuz
600 ml su, kaynar
1 adet orta boy soğan, rendelenmiş
2 çay kaşığı pul biber
1 çay kaşığı kimyon, arzuya göre
1 çorba kaşığı biber salçası
7-8 adet taze soğan, ince kıyılmış
½ demet maydanoz, ince kıyılmış
½ demet dereotu, ince kıyılmış
½ demet taze nane, ince doğranmış
3 adet orta boy domates, küçük doğranmış
4-5 adet sivri yeşilbiber, küçük doğranmış
100 ml zeytinyağı
2 adet limonun suyu
50 ml nar ekşisi
1 adet marul, yapraklarına ayrılmış ve yıkanmış

Bulguru ve tuzu bir kaba koyun, üzerine 600 ml kaynar su döküp karıştırarak kapağını kapayın. 15 dakika bu şekilde bekletin.

Bulgur kabarınca rendelenmiş soğan, pul biber, kimyon ve salça ekleyin. Biraz yoğurun.

Taze soğan, maydanoz, dereotu, domates ve biberi katın. Zeytinyağı, nar ekşisi ve limon suyu ilave ederek karıştırın.

Temizlenmiş marul yapraklarıyla veya haşlanmış lahana yapraklarıyla servis edin.

Not: Maydanoz ve dereotuyla birlikte bol taze nane kullanabilirsiniz. Kış aylarında domates biber olmadan, salçası daha bol olarak hazırlanır. Haşlanmış lahana veya asma yaprağıyla birlikte yenebilir.

