



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KISIR

2 su bardağı köftelik ince bulgur
1 tatlı kaşığı tuz
1 çay bardağı zeytinyağı
3-4 taze soğan
1 orta boy kuru soğan
2 yeşil biber
1 çay kaşığı kimyon
8-10 dal maydanoz
1 tatlı kaşığı kırmızıbiber
2 orta boy domates ve salça
1/2 çay kaşığı karabiber
1 limon

Bulguru bir tencereye koyup üzerine 1 su bardağı sıcak su dökünüz. Kapağını örtüp yarım saat bekletiniz. Bulgura yağ, rendelenmiş kuru soğan, kimyon, tuz, karabiber ve kırmızıbiber katıp yediriniz. İnce kıyılmış taze soğan, biber ve maydanoz, doğranmış domates ve limon suyu ilave edip karıştırınız. Servis tabağına yerleştirip, mevsimine göre marul yaprakları, domates dilimleri ile süsleyiniz.