



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KISIR

500 gr. ince bulgur
2 orba kaşığı salça
Tuz
1 demet maydanoz
1 taze soęan
1 orba kaşığı toz sumak
3 limon
1 su bardağı zeytinyağı
Yarım avuç pul biber
2 soęan
1 tatlı kaşığı kimyon

Bir kaba bulgur, 1 çay bardağı ılık su ve 1 limon suyu konup karıştırılır. 10 dakika bekletilir. Çok ince doğranmış soğan, kırmızı biber, tuz, kimyon konup yoğrulmaya başlanır. Gereklike su alıp iyice yoğrulur. 2 limon suyu, zeytinyağı ve sumak konup yoğrulur. Bulgur kendini tutunca çok ince doğranmış maydanoz ve taze soğan ilave edilip karıştırılır. Marul döşenmiş servis tabağına kısır yerleştirelerek servis yapılır.

