



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## KISIR

### MALZEMELER

İnce bulgur 2 su bardağı

Soğan 1 adet

Yeşil soğan 7-8 adet

Domates 3 adet

Maydanoz 1 demet

Biber (sivri) 4-5 adet

Limon 2 adet

Zeytinyağı 1/2 su bardağı

Kırmızı biber 2 çay kaşığı

Marul 1 adet

Tuz

Dereotu 1 demet

### YAPILIŞI

Bulguru bir tepsiye koyup ayıklayın.Üzerine 1-2 bardak kaynar su döküp kapağını kapatın.Soğanı, maydanozu, dere otunu, domatesi ve biberi yıkayıp küçük küçük doğrayın.Bulgur kabarıncaya, ince doğranmış kuru soğanı, tuzu, kırmızı biberi ilave edip, biraz yoğurun.Hazırlanan sebzeleri katın, zeytinyağı ve limon suyunu ilave edilip karıştırın.Temizlenmiş marul yaprakları ile birlikte Borcam'ın dikdörtgen tepsisine yerleştirin.

---