



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

KISIR

MALZEMESİ

1 su bardağı ince bulgur
2-3 domates
2-3 yeşil biber
5-6 taze yeşil soğan
tuz, karabiber, kimyon
1/2 çay bardağı zeytinyağı
1/2 demet maydanoz
1/2 demet nane
1 kaşık domates salçası
1 kaşık varsa biber salçası
2-3 limon

YAPILIŞI

Bulguru ayıklayıp, 1 su bardağı ılık su ile kabartınız. Bütün yeşillikleri ince ince kıyınız. Domatesin kabuklarını soyup fındık büyüklüğünde doğrayınız. Bulgur kabarıncaya içine domates salçası, biber salçası, tuz, karabiber, baharat koyup ovuştura, ovuştura biraz karıştırınız. Yeşillikleri koyup tekrar karıştırınız. Doğranmış domatesi, zeytinyağı ve limon suyunu tekrar kaşıkla karıştırınız. Salata tabağına marul yapraklarını serip üzerine kısırı koyup servis yapınız.