



KISIR

Milli Eğitim Bakanlığı
Mesleki Eğitim ve Öğretim Sisteminin Güçlendirilmesi Projesi
Ankara 2006

- 2 su bardağı ince köftelik bulgur
- 1 baş iri kuru soğan
- 1/2 demet maydanoz
- 5 adet yeşil soğan (yeşil sapları)
- Üç, dört dal nane
- 2 adet sivri biber (tercihen acı)
- 2 çorba kaşığı tepelime domates salçası
- 2 çorba kaşığı tepelime biber salçası
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 1 tatlı kaşığı karabiber
- 1 tatlı kaşığı kimyon
- 1 tatlı kaşığı kırmızı pul biber (acı)
- 1 1/2 çay bardağı zeytinyağı
- 2 adet olgun domates (kabukları soyulmuş)
- 2 adet limon suyu

Bir çaydanlık suyu kaynat, bulguru ince tel süzeğe koy.
Kaynattığın suyu bulgurun üstüne yavaş yavaş dök, bir yanda süzülün. İçinin malzemelerini hazırlarken bulgur kabarr.
Baş soğanı ince kıy. 1,5 çay bardağı zeytinyağı tavaya koy, soğanları 5 dakika pembeleştir.
İnce küp şeklinde doğradığın domatesleri ilave et, 10 dakika daha çevir.
Bulguru geniş bir kaseye al, baharatını, domates salçası ve biber salçasını ilave et, temiz bir eldiven giy, yoğur.
Soğanla domatesi de ilave et, biraz daha yoğur, limon suyunu ilave et.
İnce kıydığın yeşil soğan saplarını ve maydanozu ilave et şöyle bir karıştır.
Marul ve/veya taze yaprakla (haşlanmış) yenir.

