



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MANTARLI BULGUR

<http://www.hurriyet.com.tr>

1 su bardağı pilavlık bulgur
1 adet kuru soğan
1-2 diş sarımsak
3- 4 adet kültür mantarı
1 adet kırmızı kapya biber
1 adet yeşil dolmalık biber
1 tutam dereotu
1 yemek kaşığı silme tereyağı
1 yemek kaşığı zeytinyağı
2 su bardağı sıcak su
Tuz

Yağları yayvan bir tencereye alın. İnce kıyım doğranmış soğanı ve sarımsağı yağda soteleyin. Mantarın kabuklarını soyun ve ince ince doğrayıp soğana ekleyin. Birkaç dakika soteledikten sonra minik küpler halinde doğranmış biberleri ekleyip hafif diri kalacak şekilde sotelemeye devam edin. Yıkanmış bulguru ve tuzu ekleyip birkaç dakika kavurun. Sıcak suyu ilave edin. Önce harlı ateşte daha sonra ateşi kısarak pişirin. Pilav demlendikten sonra arzu ederseniz bir tutam ince kıyılmış dereotu ekleyin. Sıcak servis yapın.

