



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MANTARLI BULGUR PİLAVI

2 su bardağı pilavlık bulgur
10 ad mantar
1 et bulyon
1 domates
2 kırmızı biber
3 su bardağı kaynamış su
100 gr sana klasik
1 demet kıyılmış maydanoz
1 çay kaşığı karabiber
Tuz

Yayvan bir tencereye sana yağı alınır ve doğranmış mantarlar ilave edilerek suyunu salıp çekene dek kavrulur. Mantarlar suyunu çekince bulgurlar ilave edilip kavurmaya devam edilir. Ayrı bir kâseye su alınır ve içine atılan Et Bulyon eritilir. Bulyonlu su bulgura ilave edilir ve üzerine domates, kırmızı biber, maydanoz, karabiber ve tuzu eklenerek karıştırılıp ocağın altı kısılır. Kısık ateşte ağzı kapalı olarak 25-30 dk. pişirilir. sıcak servis yapılır.