



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MARULLU KISIR

2 su bardağı ince bulgur
6 adet taze soğan
Yarım demet maydanoz
2 yağrak marul
1 adet limon
1 çay bardağı zeytinyağı
1 çay kaşığı tuz
2 çorba kaşığı salça

Bulgurun üzerine 2 su bardağı kadar ılık su eklenir, 5 dakika bekletilir. Sonra salça, tuz, limon suyu ve zeytinyağı ilave edilir, iyice karıştırılır. İnce doğranmış maydanoz ve taze soğan ilave edilir, alt-üst edilir. En son ufak doğranmış marul katılır.