



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MENGEN ÇORBASI (BOLU)

- 4 çorba kaşığı bulgur
- 2 çorba kaşığı domates salçası
- 1 tatlı kaşığı biber salçası
- 1 adet soğan
- 1 çorba kaşığı margarin
- 2 çorba kaşığı un
- 3 su bardağı et suyu
- 5 su bardağı su
- 1 tatlı kaşığı tuz
- 1 tutam nane
- 1 tutam pul biber

Bulguru haşlayın. tereyağını tencerede eritin. Soğanı doğrayın ve tereyağında kavurun. Unu da ekleyip kavurduktan sonra salçaları ilave edin. Soğuk suyunu dökün, et sularını ilave edin, haşlanmış bulguru da ilave edin. Baharatlarını atın. Servis tabağına alın.

