



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## MERCİMEKLİ BULGUR PİLAVI

1 su bardağı yeşil mercimek  
2 su bardağı pilavlık bulgur  
1 küçük soğan  
Yarım çay bardağı zeytinyağı  
1 tatlı kaşığı tuz  
Sıcak su

Yeşil mercimeğimize yeterince sıcak su ekleyerek haşlıyoruz.

Mercimeğimiz pişince bulguru katıyoruz ve suyu azsa sıcak su ilave ederek pişmeye bırakıyoruz.

Bulgurumuz pişerken bir tavaya zeytinyağını, yarım halka şeklinde doğradığımız soğanları ve tuzu ekleyip soğanlar iyice kızarana kadar yağı kızartıyoruz.

Bulgur suyu çekince altını kapatıp bir kaç yerden boşluk açıyoruz (yağ iyice sinsin diye)

İyice kızan yağımızı soğanlarla beraber bulgurun üzerine döküp bir iki karıştırıyoruz. Yemeğimiz hazır.

