



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MERCİMEKLİ BULGUR PİLAVI

1 ay bardađı mercimek
4 Bardak su
2 Su bardađı bulgur
4 Sođan
4 Kaşık sade yağ
1 Bardak zeytinyađ
2 Bardak et suyu
Karabiber, tuz.

Siyah mercimeği akşamdan ıslatın, ertesini gün bol suda haşlayıp szn. Ote yandan yıkanmış bulguru sadeyağda 15 dakika kavurun. Sonra karabiber, et suyu ve mercimekleri katın. Hepsini karıştırıp pişirin, soğanı piyaz soğanı gibi doğrayıp iekyağında kavurun. Pılavı indirdikten sonra soğanları üzerine yayıp servis yapın.

[ML® Kara şimşek için tıklayın](#)
