



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MERCİMEKLİ BULGUR PİLAVI

2 su bardağı bulgur
1 su bardağı yeşil mercimek
2 adet kuru soğan
1 çorba kaşığı salça
1 çay bardağı zeytinyağı
yarım tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı tuz
4 su bardağı su

Yeşil mercimek yıkanır, süzülür. Üzerine su eklenir yarım saat kadar ıslatılır. (yumuşaması için) Zeytinyağında yarım daire şeklinde doğranmış soğan pembeleştirilir. Salça eklenir, kokusu gidene kadar çevrilir. Üzerine suyu süzölmüş mercimek, yıkanmış ve suyu süzölmüş bulgur, tuz, karabiber eklenir birkaç dakika kavrulur. En son su katılır. Tencerenin kapağı kapatılır. Kaynama noktasına gelince kısılır, 10 dakika da kısık ateşte pişirilir. Ocağın altından alınır, 20 dakika dinlendirilir. Karıştırılarak servise sunulur.

[ML® Eriştehi Sahur Pilavı için tıklayın](#)