



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MERCİMEKLİ BULGUR PİLAVI

1 tas bulgur
2 adet soğan
1 su bardağı yeşil mercimek
3 kaşık yağ
2 tas su
Tuz

1- Mercimek 3-4 saat suda bekletilir. Haşlamaya konulur. İyice piştikten sonra süzülüp bir kenara bırakılır.
2- Soğanlar ince ince doğranır. Tencereye sıvıyağ ve soğan konulup kavrulur.
3- Ayıklanmış bulgur yıkandıktan sonra tencereye ilave edilerek biraz kavrulur. Mercimek konarak biraz daha karıştırılır. Bulgur tencereye konmadan ölçülür. 2 misli sıcak su konur. Tuz ilave ettikten sonra pişirilir.

[ML® Lokum Pilavı \(görsel\)](#)