



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

MERCİMEKLİ BULGUR PİLAVI

Ankara Büyükşehir Belediyesi
Belmek Yemek Kitabı

1 su bardağı yeşil mercimek
2 su bardağı bulgur
2 orta boy domates veya salça
1 orta boy soğan
1 tatlı kaşığı tuz
2 çorba kaşığı tereyağı
5 su bardağı et suyu veya su

Yeşil mercimekler, haşlanır. Soğan, ince ince kıyılarak tereyağında pembeleştirilir. İçine bulgur, domates ve salça konup hafifçe kavrulur. Haşlanmış mercimek, tuz ve su ilave edilip, suyunu çekinceye kadar orta ateşte pişirilir. Kapağı açılmadan demlenmeye bırakılır. İsteğe göre turşu veya ayranla servis yapılır.