



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

MHAYTIRA (HATAY)

Yöremın Yemeđi Annemin Emeđi Projesi

- 1 Bardak Kalın Bulgur
- 1 ay Bardađı Bulgur Unu
- 3 Adet Kurutulmuř Domates
- 2 Adet Kurutulmuř Biber
- 1 Adet Kuru Sođan

Öncelikle sođan, domates ve biberi yađda iyice kavuruyoruz.

Ardından 3 bardak su ekliyoruz.

Su kaynadıktan sonra kalın bulguru ekliyoruz. Suyun kurumasına yakın bulgur ununu ekleyip iyice karıştırıyoruz. Sonra elimizle şekil verip servis ediyoruz.

