



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

MISIR BULGURLU KARALAHANA

1 kilo göbekli karalahana
1 su bardağı mısır bulguru
2 adet soğan
2 yemek kaşığı salça
50 gr margarin
1 tutam tuz ve baharat

Karalahanaların saplarını ve yapraklarını ayrı ayrı doğrayın. Önce saplarını sonra yapraklarını haşlayın. Suyunu süzüp, pişireceğiniz tencereye aktarın. Karalahanaya biraz su ve mısır bulgurunu ekleyin. Tavada yağda küçük doğradığınız soğanları kavurun, salçasını ve baharatını ekleyin. Tencerede pişmekte olan karalahananın üzerine döküp iyice karıştırın. Sıcak sıcak servis yapın.