



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## NAR EKŞİLİ KISIR

2 bardak ince bulgur  
4 domates  
1 bađ taze sođan  
1 kuru sođan  
4-5 diř sarımsak  
4-5 kařık nar ekřisi  
1 ay bardağı sıvıyağ  
7-8 dal nane  
1/2 demet maydanoz  
2-3 sivri biber  
1 ay kaşığı karabiber  
Pulbiber  
Tuz  
1,5 yemek kaşığı domates salçası

Bulgura 1 ay bardağı ılık su ilave edip 5-10 dakika beklethin. Üzerine 2 domatesi rendeleyip karıştırın ve 5-10 dakika daha beklethin. Biberleri, kuru soğanı ve sarımsağı ince ince doğrayın. Maydanoz, nane ve yeşil soğanı ince kıyın. Kalan domateslerin kabuğunu soyup küp küp doğrayın ve bütün doğranmış malzemeyle kalan malzemeleri beraber harmanlayın. Bu malzemeyi bulgura ilave edip iyice karıştırın.

[ML® Kısır için tıklayın](#)