



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

NOHUTLU BULGUR PİLAVI

2 su bardağı bulgur
2/3 su bardağı nohut
1 çorba kaşığı tereyağı
1 tatlı kaşığı tuz

Nohutu akşamdan 6 su bardağı kireçsiz su ile ıslatınız. ıslatma suyu ile pişiriniz. Yumuşamasına yakın yağ, tuz ve bulguru katınız (gerekirse sıcak su ilâve ediniz.) Pişirip demlendiriniz.
