



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

NOHUTLU BULGUR PİLAVI

Malzeme

- 3 su bardağı pilavlık bulgur
- 3 yemek kaşığı Sana Kase
- 3 adet pırasa
- 4 adet taze soğan
- 3 diş sarımsak
- 1 su bardağı nohut
- 1 yemek kaşığı salça
- 1 tatlı kaşığı kimyon
- 1 tatlı kaşığı kırmızı pul biber
- 4 buçuk su bardağı tavuk suyu
- Tuz ve karabiber
- Üzeri için:
- Yarım demet dereotu

Hazırlanışı

Pırasaları ayıklayıp, kıyın.

Taze soğanları ayıklayıp, uç beyaz kısımlarını ve saplarını ayrı olarak ince ince doğrayın.

Nohutları bir gece önceden ıslatıp, tuz eklemeyen haşlayın.

Sarımsakları ayıklayıp, kıyın.

Dereotunu ince ince kıyın.

Yayvan bir tencerede Sana Crème Bonjour'u kızdırıp, kıyılmış sarımsakları, taze soğanların uç kısımlarını ve pırasaları ilave edip, kavurun.

Pırasalar renk alınca içine salçayı ve yıkanmış bulgurları ilave edip, salçanın kokusu çıkana kadar pişirin.

En son olarak içine taze soğanların yeşil saplarını, kimyonu, kırmızı pul biberi, tavuk suyunu, tuz ve karabiberi ilave edip, kısık ateşte bulgurlar göz göz olana kadar, tencerenin kapağını açmadan pişirip, demlendirdikten sonra servis tabağına alın.

Üzerine kıyılmış dereotu serpip, sıcak olarak servis edin.