



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

NOHUTLU MERCİMEKLİ BULGUR PİLAVI

1 adet büyük boy kuru soğan
1 adet yeşil biber
½ adet kırmızı kapy biber
4 yemek kaşığı zeytinyağı
1 tatlı kaşığı biber salçası
2 su bardağı başbaşı bulgur
1 çay kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı pulbiber
1 tatlı kaşığı tuz
1 yemek kaşığı tereyağı
½ su bardağı yeşil mercimek
½ su bardağı haşlanmış nohut
4 su bardağı tavuk suyu
Servis Önerimiz:
Ayrar

Yayvan bir tencereye zeytinyağı ve tereyağını koyun.
Eriyince soğanları ilave edip hafifçe pembeleşene kadar kavurun.
Küp küp doğranan kırmızı kapy biberleri ilave edip 1 dakika daha kavurun.
Ardından biber salçası ve bulguru da ilave ettikten sonra 1 dakika çevirin.
Kavurduktan sonra haşlanmış nohut ve yeşil mercimeği ilave edin.
Pulbiberi, karabiberi, tuzu ve kaynar suyu ekleyerek kısık ateşte 15 dakika bulgurlar göz göz olana kadar pişmeye bırakın.
10 dakika dinlendirdikten sonra servis edebilirsiniz.

