



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

PATLICANLI BULGUR PİLAVI

2 su bardağı bulgur
1 adet soğan
2 adet patlıcan
2 çorba kaşığı tereyağı
3 adet domates
2 adet sivri biber
Tuz
Karabiber

Soğanı rendeleyip tencereye alın. Tereyağı ile birlikte 5 dakika kadar kavurun. Üzerine küp doğranmış patlıcanları ve biberleri ilave ederek kavurmaya devam edin. Bulguru da bu karışımın içine alıp 2 dakika kadar kavurun. Rendelenmiş domatesi ve 2 su bardağı kadar suyu da içine ekleyip kapağını kapatın. 30 dakika kadar pişmeye bırakın. Suyunu çekince de 10 dakika demlendirip servis tabağına aktarın.