



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## PINAR LABNELİ BULGUR SALATASI

Gönül Güneş

- 1 kase ince bulgur
- 1 kase sulu yoğurt
- 1 paket Pınar Labne
- 1 adet dolmalık sarı biber
- 1 adet dolmalık kırmızı biber
- 1 kase haşlanmış bezelye
- 6-7 adet kornişon turşu
- birkaç dal dereotu-maydanoz
- 1/2 su bardağı iri çekilmiş ceviz
- gerekirse birkaç kaşık yoğurt
- tuz
- 1-2 diş ezilmiş sarımsak
- Üzerine;
- 2-3 yemek kaşığı sıvı yağ
- 1 tatlı kaşığı kırmızı toz biber

İnce bulgur ve sulu yoğurt karıştırılarak bulgurlar şişinceye kadar bekletilir. (Bir gece önceden hazırlanabilir.) Dolmalık sarı ve kırmızı biber küp şeklinde doğranarak çok az sıvı yağda sote yapılır, soğutulur. Bulgurlu karışıma; sotelenmiş biberler, minik doğranmış kornişon, ince kıyılmış dereotu-maydanoz, haşlanmış bezelye, iri çekilmiş ceviz, ezilmiş sarımsak, tuz ve labne peyniri eklenerek karıştırılır. Gerekirse birkaç kaşık yoğurt eklenir. (Yoğurt yerine 2. bir paket labne peyniri de olabilir.) Hazırlanan salata servis tabağına alınır. Sıvı yağ ve toz kırmızı biber bir tavada kızdırılıp, salatanın üzerine gezdirilir, servis yapılır.