



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

ŞALGAMLI KISIR

- 2 su bardağı ince bulgur
- 2 su bardağı acısız şalgam suyu
- 1 kutu konserve mısır
- 1 adet kapy biber
- 8-10 adet salatalık turşusu
- 4 dal taze soğan
- 10 dal maydanoz
- Yarım demet dereotu
- 1 adet limonun suyu
- 3 yemek kaşığı nar ekşisi (arzuya göre)
- 4 yemek kaşığı zeytinyağı
- 2 çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı karabiber

Kısırlık bulguru bir kaba koyun. Şalgamı kaynatın ve bulgurunuzun üstüne dökün. Karıştırıp bulgurunuzun şişmesini bekleyin.

Kırmızı biber ve salatalık turşularını küçük küçük kesin ve yeşillikleri ince ince doğrayın. Mısırı da süzdükten sonra tüm bu malzemeleri şişen bulgurunuzun içine döküp iyice karıştırın.

İçine dilediğinizce nar ekşisi, limon, zeytinyağı, tuz, karabiber ekleyin ve afiyetle servis edin.

