



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ BULGUR PİLAVI

<https://www.elele.com.tr>

1 kahve fincanı bulgur
1/3 adet havuç
1/4 adet kapyâ biber
1 dal brokoli
Zeytinyağı
Su

Zeytinyağını tencereye dökün. Üzerine malzemeyi ve sıcak suyu ilave edin. Tencerenin kapağını kapatıp önce yüksek ateşte, kaynadıktan sonra kısık ateşte suyunu çekene kadar pişirin.

