



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SEBZELİ BULGUR PİLAVI

- 1.5 su bardağı pilavlık bulgur
- 1 patlıcan
- 1 havuç
- 1 soğan
- 4 adet çarliston biber
- 2 adet kırmızı biber
- 2 kaşık tereyağı
- 4 kaşık zeytinyağı
- 2 kaşık kuşüzümü
- 2 kaşık dolmalık fıstık

Patlıcan, havuç ve soğanı küp şeklinde doğrayın, tereyağı ve zeytinyağı karışımında kavurun. Dolmalık fıstık ve bulguru ilave edip karıştırarak beş dakika kavurun. Üzerini geçecek kadar su koyun, kuşüzümünü ekleyin. Tuz ve karabiberini ayarlayıp 20 dakika daha pişirin.

