



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZELİ BULGUR PİLAVI

2 su bardağı bulgur
1 orta boy soğan
1/2 çorba kaşığı tereyağı
1 orta boy havuç
1 tatlı kaşığı tuz
1 orta boy patates
7-8 dal maydanoz

Tencereye 4 su bardağı su koyup kaynatınız. Rendelenmiş soğan, havuç, patates, yağ ve tuz katınız. Bulguru ilave edip hafif hararetli ısıda yumuşayınca kadar pişiriniz. İnce kıyılmış maydanoz katıp karıştırınız.

Not: Mevsime göre patlıcan veya kabak da konabilir. Sebzeler kuşbaşı doğranıp ölçülü suda 15 dakika pişirildikten sonra bulgur ilâve edilir.