



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZELİ BULGUR PİLAVI

Veda Kaya

- 1 Su Bardağı Pilavlık Bulgur
- 1 Adet Küçük Patlıcan
- 2 Adet Yeşil Biber
- 1 Adet Domates
- 1 Adet Soğan
- 1 Çay Kaşığı Tuz
- 1 Çay Kaşığı Karabiber
- 1 Çay Kaşığı Kırmızı Pulbiber
- 100 Gr. Tereyağı
- 1 Kahve Fincanı Zeytinyağı
- 2 Su Bardağı Su

Soğanları ince ince, patlıcanları küp küp, biberleri de halka halka doğrayalım. Domatesleri de küçük küçük yemeklik doğradıktan sonra bir tencereye tereyağı ve zeytinyağı koyalım. İnce ince kıydığımız soğanları pembeleşene kadar yağda kavuralım.

Soğanlar kavrulduktan sonra sebzeleri ekleyelim ve 5 dakika kadar kavurmaya devam edelim. Daha sonra bulguru ilave edelim ve baharatları ekleyelim. Bu şekilde de 5 dakika kavuralım ve üzerine bulgurun üzerine çıkacak kadar su ekleyelim. Suyunu çektiğinde alt üst ederek karıştıralım. Ocağın altını kapattıktan sonra üzerine kağıt havlu kapatarak dinlenmeye bırakalım.