# SEBZELİ ETLİ BULGUR PİLAVI

250 gram kuşbaşı kuzu eti
1,5 su bardağı bulgur
1 yemek kaşığı tereyağı
2 adet kırmızı kapya biber
1 adet patlıcan
1 adet kabak
2-3 adet sivri biber
1 adet soğan
2 adet domates
2-3 diş sarımsak
1 yemek kaşığı salça
1 tatlı kaşığı kuru nane
Zeytinyağı
Tuz
Karabiber

Patlıcanların baş kısımlarını kesip kabuklarını alaca soyun. Soyduğunuz patlıcanları küçük küçük doğrayıp acılarının çıkması için tuzlu su dolu bir kabın içine bırakın. Kabağın çekirdekli kısımlarını ayıklayın ve küp doğrayın. Soğanı yemeklik doğrayın. Sivri biberlerin çekirdekli kısımlarını ayıklayıp doğrayın.
Domatesleri küp doğrayın. Kırmızı kapya biberlerin çekirdekli kısımlarını ayıklayıp küp doğrayın. Sarımsakları doğrayın. Tencereyi ocağa alıp ısıtın. Isınınca 3 yemek kaşığı zeytinyağı ve kuzu etlerini ilave edip 3-4 dakika kavurun. 1 bardak su ilave edip kapağını kapatın, 10 dakika pişirin. Doğradığınız soğanları ilave edip 1-2 dakika pişirin.
Kabakları, biberleri ve sarımsakları ekleyip 3-4 dakika daha pişirin. Salça ilave edip karıştırın. Bulgurları ekleyip 1-2 dakika kavurun. Doğradığınız patıcanları, domatesleri, tuzunu ve 2 bardak sıcak su ilave edip kapağını kapatın. Çok kısık ateşte 8-10 dakika pişirin. Tereyağı, kuru nane ve karabiber ilave edip yağ eriyene kadar karıştırın.

© lezzetler.com tarif no:126580 • adı:Sebzeli Etli Bulgur Pilavı • gönderen:Aynur Güney • indirme tarihi:28.04.2024 - 12:48