



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

SEBZELİ ZERDEÇALLI BULGUR PİLAVI

- 1 Yemek Kaşığı Sana Klasik
- 1 Adet patlıcan
- 1 Tatlı Kaşığı tuz
- 1 Adet soğan
- 2 Adet Domates
- 2 Adet kırmızı biber
- 1 Su Bardağı bulgur
- 1 Tatlı Kaşığı zerdeçal
- 1 Adet kabak

Soğanı ayıklayıp küpler halinde doğrayın. Diğer sebzeleri de aynı şekilde doğrayarak hazırlayın. Domatesleri yıkayın ve rendeleyin. Minik küpler halinde doğranmış diğer tüm malzeme ve bir kaşık sana yağıyla birlikte pilav tenceresine alarak pişirmeye başlayın. Domates suyunu çekene kadar yaklaşık 6-7 dk piştikten sonra 1.5 su bardağı su ilave ederek kaynamaya bırakın. Bulguru yıkayın ve kaynayan pilav üstüne ilave edin. Tuz ve zerdeçalını koyduktan sonra iyice kısık ateşte suyunu tamamen çekinceye kadar pişirin ve ocağı kapatın. üzerine kağıt havlu serin ve 10 dk kadar dinlendirin.