



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ŞEHİRİYELİ BULGUR PİLAVI

5 yemek kaşığı tereyağı
½ su bardağı arpa şehriye
2 su bardağı pilavlık bulgur
1 tatlı kaşığı tuz
4 su bardağı su (kaynar)

Yayvan bir tencerede tereyağını eritin ve arpa şehriyeleri kahverengileşinceye kadar kavurun. Bulguru tencereye ekleyin ve kavurmaya devam edin. Tuzu da ilave edip 2-3 dakika daha kavurun. Üzerine sıcak suyu dökün ve kapağını kapatıp orta ateşte pişirin. Suyunu çektiğinde kaşığın arkasıyla dibine doğru delik açın. Eğer bulgurlar ortada geri toplanmıyorsa pişmiş demektir. Ocağın altını kapatıp kapağın altına kağıt havlu yerleştirin ve 15 dakika dinlendirin. Pilav dinlendikten sonra çatal yardımıyla bulgurları havalandırıp servis edin.

