



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## TAVUKLU BULGUR PİLAVI

<https://www.sabah.com.tr>

- 1 su bardağı başbaşı bulgur
- 2 yemek kaşığı zeytinyağı
- 100 g piliç göğsü (kuşbaşı doğranmış) 4 adet taze yeşil soğan (ince kıyılmış)
- 3adet kuru kayısı (minik küpler halinde doğranmış)
- 1 tatlı kaşığı tereyağı
- 1 çay kaşığı tuz
- 1 çay kaşığı karabiber
- 2 su bardağı kaynar su

Yayvan bir tencereye zeytinyağını ve tereyağını koyun. Eriyince kuşbaşı şeklinde doğranmış tavukları ilave ederek kısık ateşte 3 dakika soteleyin. ince kıyılmış soğanı ve minik küpler halinde doğranmış kayısıları ilave edin. 3 dakika daha soteleyin. Ardından başbaşı bulguru, tuzu, karabiberi ve kaynar suyu ilave ederek kısık ateşte 15 dakika bulgurlar göz göz olana kadar pişmeye bırakın. Bulgur pilavınızı 20 dakika dinlendirdikten sonra servis edebilirsiniz.

