



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](#)

TAVUKLU BULGUR PİLAVI

500 gr kuşbaşı tavuk
2 su bardağı bulgur
Bir miktar yağ

Bulgurumuzu ayıkladıktan sonra nişastası gidene kadar yıkıyalım ve damak tadımıza göre pilavımızı pişirelim (sade veya domatesli) Pilavımız pişerken ayrı bir tencerede kuşbaşı tavuğumuzu kendi suyunu çekene kadar haşlayıp az yağda kavuralım ve kaselerle tavuklar üstte kalacak şekilde patıp servis yapalım.
