



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TAZE FASULYELİ BULGUR PİLAVI

Eyüp Sevinç

2 su bardağı kalın pilavlık bulgur
250 gram taze yeşil fasulye
30 gram tereyağı
2 adet orta boy kuru soğan
2 adet yeşil sivri biber
Tuz
Kırmızı pul biber
2 adet orta boy domates
4 su bardağı sıcak su

Fasulyelerin kılıçıklarını ayıklayıp iyice yıkayın ve süzün. Fasulyeleri 2-3 cm büyüklüğünde parçalar elde edecek şekilde dilimleyin. Yağı, yemeklik incecik doğranmış soğanları ve incecik halkalar halinde doğranmış biberleri pilav tenceresine koyun. Orta ısı ateşte, sürekli karıştırarak 2-3 dakika kavurun. Fasulyeyi ekleyip 5 dakika daha kavurduktan sonra sıcak suyu ilave edin. Tuz ve pul biberi serpin ve fasulyeler yumuşayınca kadar pişirin. Soyup tavla zarı formunda doğradığınız domatesleri ve yıkadığınız bulguru tencereye aktarın. Karıştırıp ocağın altını kısın. Kısık ateşte, bulgur yumuşayınca kadar pişirin. Ocaktan alıp tencerenin kapağı kapalı vaziyette 30 dakika dinlendirin. Sıcak sıcak servise sunun.

