



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

TAZE FASULYELİ BULGUR PİLAVI

2 su bardağı pilavlık bulgur
250 gr taze yeşil fasulye
1 adet orta boy soğan
2 adet yeşil sivri biber
2 adet domates
4 su bardağı sıcak su
Zeytinyağı
Kırmızı pul biber
Tuz

Taze fasulyeleri ayıklayın ve üçe bölün. Yeşil biberleri, domatesleri ve soğanın küp küp doğrayın. Teflon tencerenin içerisine bir miktar zeytinyağı ilave edin. Önce soğanları sonra sivri biberleri tencereye alın ve üzerine tuz, karabiber, kırmızı biber ilave ettikten sonra fasulyeleri ekleyin. Bir miktar sonra domatesleri ilave edin. Son olarak yıkadığınız bulguru da ekleyerek tüm malzemeleri karıştırıp su ekleyin. Piştikten sonra üzerinde bir miktar yoğurt ilave ederek servis edebilirsiniz.