



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

NANELİ BULGUR PİLAVI

2 su bardağı pilavlık iri bulgur
Yarım demet nane
3 çorba kaşığı tereyağı
12 adet arpacık soğan
1 Türk kahvesi fincanı soyulmuş badem
2'şer adet kırmızı ve sivri biber
Üç buçuk su bardağı et suyu veya tavuk suyu
1'er Türk kahvesi fincanı haşlanmış
Nohut, yeşil mercimek ve kurufasulye
Yarım Türk kahvesi fincanı kuşüzümü
Tuz
Pulbiber

Bir tencereye tereyağını koyun ve eritin. Arpacık soğan ve bademi hafif pembeleşene kadar kavurun. Doğranmış biberleri ilave edip, 1-2 dakika soteleyin. Bulguru katın ve şöyle bir çevirdikten sonra et suyu veya tavuk suyu ekleyin. Kaynamaya başlayana kadar harlı, sonra suyunu çekene kadar kısık ateşte pişirin. Ocaktan aldıktan sonra nohut, yeşil mercimek, kuru fasulye, kuşüzümü, kıyılmış nane, tuz ve pulbiberi ekleyin. Karıştırdıktan sonra sıcak olarak servis yapın.

