



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## YAPRAKLI BULGUR PİLAVI

2 su bardağı pilavlık bulgur  
10 adet taze asma yaprağı  
2 çorba kaşığı tereyağı  
3,5 su bardağı su  
1 tatlı kaşığı tuz

Yapraklar ince kıyılır. Bulgur yıkanır, suyu süzülür. Tencereye tereyağı konur, eriyince bulgur atılır. Bir kaç dakika çevrilir. Sonra yapraklar atılır, biraz daha kavrulur. Tuz ve su ilave edilir. Kapak kapatılır. Yaklaşık 15 dakika pişirilir.