



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

ZERDEÇALLI VE YEŞİL MERCİMEKLİ BULGUR PİLAVI

- 1,5 su bardağı bulgur
- 3 su bardağı tavuk suyu
- 1 çorba kaşığı tereyağı
- 1 çay bardağı yeşil mercimek
- 2 adet büyük boy soğan
- 1 çay kaşığı toz şeker
- 1 tatlı kaşığı zerdeçal
- 1 çorba kaşığı zeytinyağı

Yeşil mercimeği küçük bir tencerede diri kıvamda haşlayıp süzün. Soğanları soyup ay şeklinde doğrayın. 2 çay kaşığı tuz ve şeker ekleyip iyice ovun. Tereyağını pilavı hazırlayacağınız tencerede eritip soğanı kavurun. Bulguru ekleyip birkaç dakika kavurun. Zerdeçalı zeytinyağı ile karıştırıp tencereye ekleyin. Birkaç dakika karıştırdıktan sonra diri kıvamda haşlamış olduğunuz yeşil mercimeği ve sıcak tavuk suyunu ilave edin. Tencerenin kapağını kapatıp yüksek ateşte 1 dakika kaynatın. Sonra ateşi kısıp bulgur suyunu çekene dek pişirin. Ocaktan alın, 5 dakika demlendirdikten sonra servise sunun.