



Mangez, buvez mais n'abusez pas (Araf 31)
Banu Atabay's Mütevazî Lezzetler® Les recettes de cuisines

Riz De Boulgour Aux Feuilles De Vigne

Asma Yapraklı Bulgur Pilavı



25-30 feuilles fraîches de vigne
2 tasses boulgour
2 oignons
4 gousses d'ail
1 poivron rouge
2 poivrons verts
1 tasse d'huile d'olive
1 cuillère à soupe de pâte de tomate
½ cuillère à soupe de pâte de piment rouge
1 cuillère à café de flocons de piment rouge
1 cuillère à café de poivre noir moulu
1 cuillère à café de sel
3,5 tasses d'eau
Pour la surface:
1 cuillère à soupe de beurre

- # Hachez les feuilles finement. Coupez les oignons, les piments et les ails très finement.
- # Mettez de l'huile d'olive dans une casserole. Placez à moyenne température puis rajoutez des oignons et du sel puis laissez cuire.
- # Rajoutez les piments puis laissez cuire jusqu'au ramollissement. Rajoutez de la pâte de tomate et de piment.
- # Rajoutez les feuilles après quelques minutes, puis le boulgour et les ails hachés. Faites cuire encore un peu.
- # Rajoutez du poivron noir, du flocon de piment rouge et de l'eau. Fermez le couvercle.
- # Baissez la température puis faites cuire encore 10 minutes. Faites fondre le beurre pendant ce temps.
- # Versez du beurre juste avant de retirer du feu puis mélangez.
- # Faites reposer pendant 15 minutes puis servez.

N-B; Cette recette appartient à Gaziantep.