



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler Mutluluklar Diler

TURSULU BULGUR PİLAVI



2 su bardağı pilavlık bulgur
1 adet kuru soğan
3 diş sarımsak
8 adet biber turşusu
1 dolu çorba kaşığı tereyağı
1 tatlı kaşığı tuz
3,5 su bardağı su

- # Tencereye ince kıyılmış soğan ve tereyağı bırakılır. Orta ateşte pembeleştirilir.
- # Bu arada turşunun tohumları çıkarılır, 1 santim kalınlığında doğranır. Sarımsak ince kıyılır. Bulgur yıkanır ve suyu süzülür.
- # Kavrulan soğana, bulgur ve tuz katılır. Bir kaç dakika çevrilir.
- # Sonra sarımsak ve turşu aynı anda atılır. Hemen ardından su ilave edilir.
- # Tencerenin kapağı kapatılır. Kaynama noktasına gelince ocak kısılır. 5 dakika sonra ateşten alınır.
- # 20 dakika dinlendirilir. Alt-st ederek karıştırılır ve servise sunulur.

Not: Bu tarif için özellikle biber turşusu kullanılması tavsiye edilir.