



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

## TABOULE



2 Su bardağı pilavlık bulgur  
1 Adet orta boy kuru sođan  
4 Adet orta boy domates  
1 Adet limonun suyu  
1 Demet maydanoz  
Yarım demet taze nane  
1 ay bardağı zeytinyağı  
1 Tatlı kaşığı tuz  
3,5 Su bardađı su

# Tencereye 3,5 su bardağı su ve tuz konur. Su kaynayıncaya yıkanmış bulgur atılır. Orta ateşte 10 dakika pişirilir, ateşten alınır.

# Hařlanan bulgur sođurken, kuru sođan, taze sođan, maydanoz, nane ve domates çok küçük dođranır.

# Daha sonra ılınmış bulgura doğranan malzeme, zeytinyağı ve limon suyu eklenir, karıştırılır.

# Ilık olarak servise sunulur.

Not: Taboule, Lübnan mutfağına ait bir pilavdır.