



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)
Banu Atabay's Mitevazi Lezzetler® Kochrezepte

Reisbrei mit Bulgurstaub

Düğürçük Lapa



2 Gläser Bulgur
6 Gläser Fleischbrühe
2 mittel grosse Zwiebel
1 EL Tomatenmark
1 Teeglas ÖL
1 KL Salz

- # Zu der Fleischbrühe einen halben Dessertlöffel Salz hinzugeben. Danach auf mittlere Stufe schalten und Bulgur hineinfüllen.
- # Ohne Deckel ab und an umrührend 7-8 Minuten dünsten. Der Bulgur erhält eine klebrige Form.
- # In einem anderen Topf Öl erhitzen und klein gehackte Zwiebel und einen halben Löffel Salz hinzugeben und dünsten.
- # Wenn die Zwiebel glasig geworden sind dann den Mark hinzugeben und weitere 1-2 Minuten dünsten und vom Herd nehmen.
- # Den klebrigen Bulgur nun auf ein Servierteller geben und mit der Zwiebelmischung übergießen.
- # Auf Wunsch kann auch die Zwiebelmischung direkt im Topf dem Bulgur untergemischt werden.

Tipp: Düğürçük ist in Erzincan die Bezeichnung für Bulgurstaub.