



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

---

## Tavernenreis

Meyhane Pilavi



2 ½ Gläser Bulgur  
1 grosse Zwiebel  
250 g klein gehacktes Lammfleisch  
4 Spitzpaprika  
2 mittel grosse Tomaten  
2 mittel grosse Karotten  
1 EL Mark  
1 KL trockene Minze  
1 ½ Gläser Öl  
4 Gläser Fleischbrühe  
2 KL Salz

- # Klein gewürfeltes Fleisch nochmals klein schneiden. In einem Topf Öl erhitzen und das Fleisch hinzugeben. Bis das Fleisch die Eigenflüssigkeit abgibt und diese verdunstet ist dünsten.
- # Währenddessen die Zwiebel klein hacken. Die Karotten schälen und klein Würfeln. Die Spitzpaprika entkernen und klein zuschneiden.
- # Nach dem das Fleisch gedünstet ist die Zwiebel, Spitzpaprika hinzugeben und dünsten bis die Zwiebel sich zusammengezogen haben.
- # Tomaten hinzugeben und ein paar Mal umrühren und anschliessend augewaschene und abgetropfte Bulgur hinzugeben und 1-2 Minuten dünsten.
- # Danach Salz und Fleischbrühe hinzugeben und bei mittlerer Hitze 20 Minuten kochen.
- # Zwischen Deckel und Topf ein Papiertuch einlegen und 10 Minuten ziehen lassen. Gleich im Anschluss Minze unterrühren.
- # Heiss servieren.

**Tipp:** Dieser Reis wird heiss verzehrt und braucht deshalb ist es nicht nötig es länger ziehen zu lassen.