



Mangiate e bevete ma non sprecate (Araf 31)  
Banu Atabay's Mütevazî Lezzetler® Ricette di cucina

---

## Pilaf di Bulgur con Tagliatelle

Şehriyeli Bulgur Pilavı



1 bicchiere di tagliatelle  
2 bicchieri bulgur di risotto  
1 cipolla secca  
1 cucchiaino di salsa  
3 cucchiaini olio d'oliva  
2 cucchiaini di burro  
1 cucchiaino di sale  
5 bicchieri di brodo

- # Nella pentola si mettono burro ed olio d'oliva. Dopo aver sciolto sul fuoco medio si aggiungono tagliatelle e sale. Si arrossisce finché le tagliatelle cambiano colore.
- # Alla sopra si aggiunge la cipolla tagliata infine e si arrossisce.
- # Si aggiunge la salsa e si cucina circa per qualche minuti finché va via il pudore.
- # Poi si aggiunge bulgur lavato e si gira per qualche minuti ppi si aggiunge brodo.
- # Poi si coperta il coperchio di pentola e quando inizia a bollire il fuoco si rwgola a basso e si cucina ancora per 8 minuti. Poi si leva dal fuoco.
- # Poi si lascia a riposare circa per 20 minuti senza coprire.
- # Si miscela e poi servirsi.

**Nota:** Questa pilaf si può preparare con grattugiamento di pomodoro nella stagione di pomodoro. Il brodo si aggiunge 1 bicchiere di meno.