



## Pilaf Bulgur di Uccello con Polmone

Ciğerli Bulgur Pilavi



2 bicchieri di bulgur per pilaf  
1 cipolla secca media  
7 cucchiai di olio vegetale  
1 cucchiaino di sale  
4 bicchieri l'acqua o brodo di pollo  
Per la miscelata di polmone;  
250 gr. polmone di pollo  
1 piccola cipolla secca  
4 cucchiai di olio vegetale  
Mezzo cucchiaino di sale

# Primamente si prepara pilaf di bulgur . Nelal pentola si mette 7 cucchiai di olio vegetale, dopo aver riscaldato si aggiungono le cipole tagliate finemente.

# Si cucinano finchpè le cipolle si perdono i colori. Sopra si aggiungono bulgur lavato e filtrato e si aggiunge la sale e si arrossisce per 2 - 3 minuti.

# Nel bulgur si mette 4 bicchieri l'acqua o brod di pollo poi si coperta il coperchio di pentola. e si mett ea cucinare sul fuoco medio per 20 minuti. poi si toglie dal fuoco .

# Nel momento di riposamento del pilaf si prepara la miscelata con polmone . Per questo si mettono 4 cucchiai di olio in un'altra pentola dopo aver riscaldato si aggiunge secondo cipolla tagliato finemente. e si arrossisce finchè si ammorbidisce .

# Sopra si aggiunge polmon etagliato dimensione di nocciolino , si cucinano insime per 15 - 20 minuti senza mettere il coperchio. poi si aggiungono sale e poi si leva dal fuoco.

# Nel momento da servirsi si bagna la tazza , si mette dalla miscelata 1/6 in fondo di tazza. Il resto di tazza i riempisce con bulgur pilaf. Poi si inverte sul piatto da servire .

# Si porta al tavolo caldo o fresco.

Nota: Questo pilaf è piacevole dell'acittà di Hakkari.