



Еште пейте но не будьте расточительны (Чистилище 31)  
Бану Атабай Модест вкус Кулинарные рецептыз

---

## Плов с лапшой на Сахур

Erişteli Sahur Pilavi



2 стакана булгура  
1 стакан лапши  
1 луковица  
1 стакан тертых на терке помидоров  
1 ст.л. томат. пасты  
5 стаканов воды  
 $\frac{3}{4}$  стакана растит. масла  
1 ч.л. соли

- # В кастрюле нагреть масло, добавить лапшу, помешивать пока поджарится.
- # Добавить мелко резаный лук и соль, пассировать до прозрачности лука.
- # Затем добавить промытый булгур, помешать и добавить томатную пасту и помидоры.
- # Когда помидоры закипят, добавить воды и закрыть крышкой.
- # На среднем огне довести до кипения, затем огонь уменьшить и готовить еще 12-15 минут.
- # Затем дать настояться минут 30, перемешать и можно подавать.

Это блюдо идеально для приема в сахур (утренний прием пищи во время Рамадана).