



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütevazı Lezzetler Mutluluklar Diler

TAZE BAKLALI BULGUR PİLAVI



Yarım kilo taze bakla
2 su bardağı pilavlık bulgur
5-6 adet orta boy domates
2 adet çarliston biber
1 çorba kaşığı domates salçası
1 adet kuru soğan
1 çay bardağı sıvıyağ
5-10 dal dereotu
2,5 su bardağı su
1 tatlı kaşığı tuz

- # Tencereye sıvıyağ konur, orta ateşte ısınınca ince doğranmış soğan atılır ve pembeleştirilir.
- # İnce kıyılmış biber ve domates salçası eklenir 3-4 dakika kavrulur.
- # Üzerine soyulmuş ince doğranmış domates ilave edilir, şeklini kaybedene kadar pişirilir.
- # Kılçıkları temizlenmiş bir parmak eninde doğranmış bakla ve sıcak su katılır.
- # Karışım kaynamaya başlayınca, yıkanmış bulgur eklenir, 12-15 dakika pişirilir.
- # İnce kıyılmış dereotu eklenir, ateşten alınır.
- # Bir süre dinlendirildikten sonra servise sunulur.

Not: Kokusu üzerinde kalması için dereotu en son eklenir.