



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

KURU BAKLALI BULGUR PİLAVI



1,5 Su bardağı kuru bakla
2 Su bardağı bulgur
2 Adet orta boy kuru soğan
1 Çorba kaşığı biber salçası
1,5 Çay bardağı sıvıyağ
5,5 Su bardağı su
2 Tatlı kaşığı tuz

- # Tencereye sıvıyağ konur, üzerine yemelik doğranmış kuru soğan eklenir. Soğan suyunu bırakana kadar kavrulur.
- # Soğana biber salçası ve yıkanmış kuru bakla eklenir, karıştırılır. Üzerine 3 su bardağı sıcak su ilave edilir.
- # Tencerenin kapağı kapalı olarak orta ateşte yarım saat pişirilir, bu arada bulgur yıkanır suyu süzülür.
- # Tencerenin kapağı açılır, eğer baklalar yumuşamışsa yıkanmış bulgur, tuz ve 2,5 su bardağı su eklenir.
- # 15 dakika daha pişirilir, ocaktan alınır, dinlenmeye bırakılır.
- # Ilık ya da sıcak olarak servis yapılır.

Not: Bu pilav Antakya bölgesinde sıklıkla hazırlanır.