



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

LOLAZLI PİLAV



1 Su bardağı pilavlık bulgur
250 gr. börölce
Yarım çorba kaşığı domates salçası
1 Tatlı kaşığı tuz
1 Adet orta boy kuru soğan
6 Çorba kaşığı ayçiçek yağı
2 Su bardağı su

- # Börölce ayıklanır, yıkanır, 2 parmak eninde doğranır, bir tencereye aktarılır, üzerine 2 su bardağı su konur, kapaklı olarak 15 dakika haşlanır.
- # Haşlama suyunu dökmeden üzerine yıkanmış bulgur, salça ve yarım tatlı kaşığı tuz eklenir, orta kısık ateş arası, kapaklı olarak 15 dakika pişirilir.
- # Bu arada başka bir tavaya ayçiçek yağı konur, ısınınca ince doğranmış kuru soğan ve yarım tatlı kaşığı tuz eklenir. Soğan hacmi küçülene kadar kavrulur.
- # Pişen lolazlı pilavın üzerine kavrulan soğan eklenir, dikkatlice karıştırılır.
- # Tencerenin kapağı kapalı olarak, üzerine kağıt kapatmadan 15 – 20 dakika dinlendirilir.
- # Sıcak olarak servise sunulur.

Not: Lolazlı pilav, Gaziantep bölgesine ait bir tariftir. Yörede börölceye lolaz adı verilir.