



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

## DÜĞÜRCÜK LAPA



- 2 Su bardağı köftelik bulgur
- 6 Su bardağı et suyu
- 2 Adet orta boy kuru soğan
- 1 Çorba kaşığı salça
- 1 Çay bardağı sıvıyağ
- 1 Tatlı kaşığı tuz

- # Et suyuna yarım tatlı kaşığı tuz katılır, kaynatılır. Daha sonra yarım ateşe alınır, kuru, ince bulgur eklenir.
- # Kapaksız olarak ara sıra karıştırarak 7 – 8 dakika pişirilir. Bulgur yapışık bir görünüm alır.
- # Başka bir tencereye sıvıyağ konur, ısınınca ince, yemeklik doğranmış kuru soğan ve yarım tatlı kaşığı tuz katılır, kavrulur.
- # Soğan şeffaflaşınca salça ilave edilir, 1 – 2 dakika daha kavrulur, ateşten alınır.
- # Lapa halindeki bulgur servis tabağına alınır. Üzerine kavrulmuş salçalı soğan gezdirilir.
- # Arzuya göre tencerede bulunan pilava soğanlı karışım dökülüp karıştırılabilir.

**Not:** Düğürcük, Erzincan'da bulgur tozuna verilen isimdir.