

Aydin Börülceli Bulgur Pilavı

Toplam 40 dk

Hazırlama 15 dk · Pişirme 25 dk

5 kişilik

Kolay

~214 kcal

Açılım 7/10

Aydin börülceli bulgur pilavı taze börülce ile iri bulguru aynı tencerede pişirerek Ege sofralarına zeytinyağı, diri ve besleyici bir ana tabak kurar.

Malzemeler

- 1.5 su bardağı Pilavlık bulgur
- 300 gr Taze börülce
- 1 adet Kuru soğan
- 3 yemek kaşığı Zeytinyağı
- 0.5 su bardağı Domates rendesi

Yapılışı

- Soğan zeytinyağında 4 dakika çevirin.
- Börülce ve domatesi ekleyip 4 dakika daha pişirin.
- Bulgur ve 2.5 su bardağı sıcak su ekleyip pilavı 8 dakika pişirin.

PÜF NOKTASI

Börülceyi çok önceden haşlamamak pilavda hafif diri kalmasını sağlar.

SERVIS ÖNERİSİ

Yanına domates salatasıyla servis edin.

Alerjenler

Gluten