

# Kaz Etli Bulgur Tava

Toplam 36 dk

Hazırlama 16 dk · Pişirme 20 dk

4 kişilik

Orta

~336 kcal

Açılış 18/10

Ardahan usulü kaz etli bulgur tava, didiklenmiş kaz etini bulgurla buluşturarak güçlü, tok ve kas akşamlarına uygun bir ana yemek kurar.

## Malzemeler

- 250 gr Haşlanmış kaz eti
- 1.5 su bardağı Pilavlık bulgur
- 1 adet Soğan
- 1 yemek kaşığı Tereyağı
- 3 su bardağı Su

## Yapılış

1. Soğanı ince doğrayıp haşlanmış kaz etini liflerine ayırın.
2. Soğanı tereyağında 1 dakika çevirip kaz etini ekleyin.
3. Pilavlık bulguru ilave edip 2 dakika kavurun.
4. Suyu katıp pilav kıstakışte 15-18 dakika pişirin.
5. Yemeği 10 dakika dinlendirip sıcak servis edin.

### PÜF NOKTASI

Kaz etini önceden didiklemek bulgurla daha dengeli karışmasını sağlar.

### SERVIS ÖNERİSİ

Sıcak servis edin, yanında ayran ve turşu sunabilirsiniz.

## Alerjenler

Gluten

Süt