

Kuzu Etli Domatesli Bulgur Tava

Toplam 36 dk

Hazırlama 14 dk · Pişirme 22 dk

4 kişilik

Orta

~336 kcal

Muş usulü kuzu etli domatesli bulgur tava, kuzuyu bulgur ve domatesle buluşturarak tok, sulu ve güçlü bir ana yemek yapar.

Malzemeler

- 400 gr Kuzu kuşbaş1
- 1.5 su bardađ Pilav11bulgur
- 1.5 su bardađ Domates rendesi
- 3 su bardađ Su

Yapılış

1. Kuzu etini tavada yüksek ateşte 5 dakika mühürleyin.
2. Domates rendesini ekleyip etle kışüre kaynatın.
3. Bulgur ve sıcak suyu tavaya ilave edin.
4. Yemeđi kışüre 16-18 dakika pişirin.
5. Sıcak olarak bekletmeden servis edin.

PÜF NOKTASI

Eti küçük kuşbaş1 doğramak bulgurla aynı sürede yumuşamasını kolaylaştırır.

SERVIS ÖNERİSİ

Sıcak servis edin.

Alerjenler

Gluten