

Van Keledoşlu Bulgur Aş1

Toplam 54 dk

Haz1rl118 dk · Pişirme 36 dk

5 kişilik

Orta

~390 kcal

Van usulü keledoşlu bulgur aş1 kurut, yeşil mercimek ve bulguru ekşi, yoğun ve besleyici bir Doğu Anadolu yemeğinde buluşturur.

Malzemeler

- 1.5 su bardağ 1 kılbulgur
- 1 su bardağ 1 yeşil mercimek
- 4 yemek kaşığı 1 kurut
- 1 adet Soğan
- 2 yemek kaşığı 1 tereyağ1
- 1 tatlı kaşığı 1 reyhan
- 0.5 çay kaşığı 1 tuz

Yapılış1

1. Kurutu 111 kda 15 dakika ezerek aç1n.
2. Yeşil mercimeği 18 dakika yar1 yumuşayana kadar haşlay1n.
3. Soğan1 tereyağ1 nde 5 dakika kavurup bulguru ekleyin.
4. Mercimek, kurutlu su ve tuzu ekleyip 15 dakika pişirin.
5. Reyhan1 tereyağ1 nde kokulandı1 rı yemeğin üzerine gezdirin.

PÜF NOKTASI

Kurutu 111 kda tamamen açmak yemeğe pütürsüz ekşilik verir.

SERVIS ÖNERİSİ

Reyhan1 tereyağ1 yla 1 cakservis edin.

Alerjenler

Gluten

Süt