

# Kuzu Etli Domatesli Bulgur Tava

Toplam 36 dk Hazırlama 14 dk · Pişirme 22 dk 4 kişilik Orta ~336 kcal Açılış 18/10

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

## Malzemeler

- 400 gr Kuzu kuşbaşı
- 1.5 su bardağı Pilavlı bulgur
- 1.5 su bardağı Domates rendesi
- 3 su bardağı Su
- 1 çay kaşığı Tuz

## Yapılış

1. Bulguru yıkayın, domatesleri küçük doğrayın.
2. Kuzu etini domatesli tava için 8 dakika mühürleyin.
3. Domatesi ekleyip 6 dakika suyunu salıp yoğunlaşana kadar pişirin.
4. Bulgur, sıcak su ve tuzu ekleyip kapağı kapatın.
5. Yemeği 12 dakika kısık ateşte pişirin, bulgur şişerken karıştırmayın.
6. Tavayı 5 dakika dinlendirip kuzu etini üste alarak servis edin.
7. Bulguru tabakta bastırmayın böylece domatesli buhar taneleri hamurlaştırmaz.

### PÜF NOKTASI

Eti küçük kuşbaşı doğramak bulgurla aynı sürede yumuşamasını kolaylaştırır.

### SERVIS ÖNERİSİ

Kuzu etli domatesli bulgur tavayı sıcak tabağa alıp kuzu parçalarını üstte bırakın.

## Alerjenler

Gluten