



### **Rezept für Bulgur-Pilavi:**

- **275 g Bulgur**
- **1 Zwiebel**
- **1 Esslöffel Tomatenmark**
- **50 g Butter**
- **Salz, Paprika**

Den Bulgur im Sieb waschen,  
die kleingeschnittene Zwiebel im Topf mit Butter andünsten,  
Tomatenmark dazugeben und 3 Min. weiterdünsten.

Den Bulgur und 500 ml Wasser dazugeben, sobald es kocht auf kleiner Flamme  
ca. 15 Min. weiterkochen bis der Bulgur gar ist.

Dieses Rezept können Sie variieren, z B in dem Sie Gemüse wie Paprika,  
Tomaten, Möhren, Lauch.... mitdünsten.

Passt hervorragend zu Gemüse- wie auch Fleischspeisen.