

TABOULEH SALAT

mit Bulgur & Minze

ZUTATEN (4 Personen)

300 g glatte Petersilie
2 Stängel Minze
1 Zwiebel
3 Tomaten
40 g Bulgur
6 EL Zitronensaft
4 EL Olivenöl
Salz
Pfeffer
1 Prise Zimt
Salatblätter

ZUBEREITUNG

Petersilie und Minze waschen, trocken tupfen, die Blätter von den Stielen zupfen und fein hacken. Zwiebel fein hacken und die Tomaten fein würfeln. Bulgur nach Packungsangabe zubereiten.

Bulgur, Kräuter und Gemüse in eine Schüssel geben. Zitronensaft und Olivenöl zugeben und alles mischen.

Salat mit Salz, Pfeffer und Zimt abschmecken und mit Salatblättern servieren.



Carsten oder Herr Treptow
Serviceberater



©Adobe Stock/#679149714