

Petersilien-Bulgur-Salat 4 Portionen



<u>Zutaten</u>	<u>Zubereitung</u>
<ul style="list-style-type: none">• 200 g Bulgur• 6 Tomaten• 300 g Salatgurke• 1 Bund Petersilie• 1 Zitrone• 2 TL edelsüßes Paprikapulver• Salz und Pfeffer• 6 EL Olivenöl	<ol style="list-style-type: none">1. Bulgur mit 400 ml kochendem Wasser übergießen. Zgedeckt 20 Minuten quellen lassen.2. Tomaten häuten; samt Saft und Kernen klein schneiden. Gurke schälen, längs halbieren, entkernen und würfeln. Petersilie waschen und grob hacken.3. Zitrone auspressen. Zitronensaft, Tomaten, Gurke und Petersilie unter den Bulgur rühren. Mit Paprika, Salz und Pfeffer abschmecken. Das Öl dazugeben. Salat für 1 Stunde kaltstellen.

Aus: v. Cramm, Dagmar (Hrsg.), Das große GU Familienkochbuch ¹⁰2007.