

Bulgur-Salat (Taboulé)

Für 4 Personen

5 El Olivenöl	1 El Butter	250 g Bulgur
Salz	1 rote Zwiebel	4 Tomaten
1 Bund Petersilie	1 Bund Minze	1 Bund Koriandergrün
1 rote Pfefferschote	2-3 El Zitronensaft	Zucker

2 El Öl und die Butter in einem Topf erhitzen. Bulgur darin 1 Minute andünsten, 250 ml Wasser zugeben, salzen und einmal aufkochen. Vom Herd ziehen und zugedeckt 20 Minuten quellen lassen. Inzwischen die Zwiebel würfeln. Die Tomaten vom Stielansatz befreien und würfeln. Die Blättchen von Petersilie, Minze und Koriandergrün abzupfen und hacken. Pfefferschote in dünne Ringe schneiden. Alles in einer Schüssel mischen. Bulgur untermischen. Mit Zitronensaft, Salz und 1 Prise Zucker würzen.

Tim Mälzer am 05. 06. 2010