TABBOULEH (LÜBNAN)

1,5 su bardağı köftelik ince bulgur
1 demet ince kıyılmış maydanoz
10 sap doğranmış taze soğan
1 limonun suyu (isterseniz limonun kabuklarını da ince ince rendeleyerek sosuna katabilirsiniz.)
1 küçük demet doğranmış taze nane
2 büyük boy soyulmuş ve doğranmış salatalık
1 çay bardağı zeytinyağı
3 yemek kaşığı nar ekşisi
Tuz, karabiber

Bulguru bir kaba alıp üzerini geçecek kadar kaynar su koyarak şişmesini sağlayın. Yeterince yumuşamadığını düşünüyorsanız bir miktar daha kaynar su ekleyip suyu çekmesini sağlayın.
Daha sonra bulgura doğranmış maydanoz, taze soğan, salatalık ve naneyi ilave edin.
Limon suyu ve kabuğu, nar ekşisi, zeytinyağı, tuz ve karabiberi karıştırarak hazırladığınız sosu üzerine döküp tekrar karıştırın.
İsterseniz hemen ılık olarak, isterseniz de sosuyla biraz daha bekleyip lezzetinin artması için üzerini stretch film ile örterek 1 saat kadar buzdolabında beklettikten sonra taze marul yaprakları ile birlikte servis yapın.

Not: Arzuya göre haşlanmış nohut, mısır taneleri ya da kuru fasulye de eklenebilir.

ML® Şam Kurabiyesi için tıklayın

© lezzetler.com tarif no:51738 • adı:Tabbouleh (Lübnan) • gönderen:siyami • indirme tarihi:26.04.2024 - 21:45