



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

BULGUR SALATASI

Malzeme

- 2 su bardağı kısırlık bulgur
- 3 su bardağı sıcak su
- ½ kutu Sana Kase biberli peynirli sandviç sürme
- 1 su bardağı mısır
- 1 su bardağı bezelye
- 1 adet havuç
- 3 diş sarımsak
- 1 adet kıvırcık salata
- ½ adet kırmızılâhana
- 4 yemek kaşığı Komili sızma zeytinyağı
- Tuz ve karabiber

Hazırlanışı

1. Kıvırcık salatayı yıkayıp yaprak kısımlarını ayırdıktan sonra beyaz kısımlarını ince ince kıyın.
2. Derin bir kâseye kısırlık bulguru, ½ kutu Sana Crème Bonjour biberli peynirli sandviç sürmeyi, sıcak suyu, tuz ve karabiberi koyup iyice karıştırdıktan sonra kâsenin ağzına kapak kapatıp kısırlık bulgurun şişmesi için bekletin.
3. Ayrı bir kâseye 1 su bardağı mısır, 1 su bardağı bezelyeyi, önceden rendelediğiniz havucu, kıyıp ovduğunuz kırmızılâhanayı ve Komili Sızma zeytinyağını koyup iki büyük kaşık yardımıyla karıştırın.
4. En son olarak kâsede karıştırdığınız sebzelerin içine Sana Crème Bonjour biberli peynirli sandviç sürmeli bulguru ilave edip karıştırın.
5. Servis tabağına ayırdığınız salata yapraklarını dizip bulgur salatasını salata yapraklarının üzerine alıp servis edin.