



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TABBULE

2 büyük demet maydanoz
3 adet taze domates orta boy
¼ fincan taze nane
¼ su bardağı ince bulgur
2 adet yeşil soğan
1 çorba kaşığı tuz
¼ yemek kaşığı yenibahar
¼ fincan limon suyu
¾ bardak zeytinyağı

Domateslerin kabukları soğutulup çok minik doğranır.

Maydanoz ve nane kıyılır.

Taze soğan kıyılır.

Bir kase içinde yeşillikler bulgur ve diğer malzemelerin hepsi karıştırılıp servis edilir.

