



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

TABBOULEH

<http://www.hurriyet.com.tr>

4 bađ maydanoz
1 adet kuru sođan
1 adet domates
2 yemek kaşığı ince bulgur
4 yemek kaşığı sıcak su
1 adet limon
1 tatlı kaşığı tuz
Yarım ay bardağı zeytinyağı

Maydanozları sirkeli suda bekletip yıkayın.

Küçük demetler halinde bağlayıp doğrayabildiğiniz kadar ince doğrayın. (Robotta çekmeyin, maydanoz suyunu salacağı için lapa gibi bir şey olur.)

Kuru soğanı çok küçük doğrayıp maydanoza ekleyin.

Domatesi ikiye bölün ve sulu yerlerini ayırın.

Daha sonra kalan kısmı çok küçük doğrayın ve ekleyin.

Diđer bir kasede Bulgura sıcak su ilave edin ve şişmesini bekleyin.

Bulguru salataya ilave edin ama çok koymayın salatanın tadını değiştirecektir.

Daha sonra limon suyu, tuz ve zeytinyağını karıştırarak salatanın üzerine dökün.

Güzelce karıştırdıktan sonra servise hazır.

