



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

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.

