



Tabouleh

von DIEküche

Mengen für 10 Personen

Den Bulgur in eine Schüssel geben, mit reichlich kochendem Wasser (oder, noch besser, mit Gemüsebrühe) übergießen und ca. ½ Std. quellen lassen.

Tomaten und Gurke würfeln, Zwiebel fein schneiden. Petersilie und Minze grob zupfen oder auch schneiden.

Den Bulgur abgießen und abkühlen lassen. Mit dem Gemüse und den Kräutern mischen. Kurz vor dem Servieren mit Zitrone, Olivenöl, Salz und Pfeffer anmachen. Wer mag, kann auch noch eine Spur Knoblauch dazugeben.

Ganz stilecht wird das Tabouleh auf Salat- oder Kohlblättern angerichtet serviert.

Quelle: <https://www.chefkoch.de/rezepte/285071107091158/Tabouleh.html?portionen=10>

Gewürze: Pfeffer, Salz

375 g Couscous	den Couscous damit vermischen
10 Stück Tomaten	Tomaten würfeln
2.5 Stück Gurken	Gurke in Würfel schneiden
10 Bund Petersilie, frische	fein hacken
240 g Frühlingszwiebeln	zerkleinern
100 g Minze (frisch)	
2.0 Stück Zitronen	4 EL Zitronensaft
2.0 dl Olivenöl	Das Olivenöl mit Wasser und Zitronensaft vermengen
1.2 Liter Wasser	

Kreuzkümmel

Petersilie

Salz

Pfeffer

Wasser