

Tabule salata



težina: **lako**

za: **6 osoba**

vreme pripreme: **40 min**

Sastojci

Potrebno je:

- **100 g** bulgura
- **200 ml** vode
- **1/2 kašice** soli
- **1 vezica** peršuna
- **2** paradajza
- **1** crvena paprika
- **1** žuta paprika
- **1/2** srednjeg krastavca
- **1** ljubičasti luk
- **5-6 listića** mente
- **1 prstohvat** mlevenog karanfilica
- **1/2** limuna - sok
- **1/2 kašice** mlevenog bibera
- **3-4 kašike** maslinovog ulja
- **so**

Priprema

Bulgur pšenicu isprati hladnom vodom i staviti u posoljenu vodu (odnos bulgura i vode je uvek 1:2) i zagrevati do ključanja u poklopljenoj posudi. Kada voda proključa, smanjiti na najnižu temperaturu i kuvati pet minuta, odnosno dok bulgur ne upije svu vodu. Skloniti sa vatre i ostaviti poklopljeno da se ohladi.

Peršun i listice mente sitno iseckati. Paradajz i papriku iseci na kocke. Krastavac iseci na polukrugove. Ljubicasti luk iseci na režnjeve (umesto starog luka može da se stave 2-3 struka mladog crnog luka).

U odgovarajucu dublju posudu staviti ohlaeni bulgur. Dodati sve iseckane sastojke i promešati. Ubaciti mleveni karanfilic, mleveni biber, sok od limuna i maslinovo ulje. Promešati, probati i posoliti po ukusu. Poklopiti i ostaviti pola sata u frižideru, da se ukusi sjedine.

Salata je toliko ukusna da može da posluži i kao posno jelo.

Recept sam videla od Kristine Gašpar. Ja sam samo dodala još ponešto od sastojaka...

Savet