

Tabouleh

Tabouleh is een salade uit de Libanese keuken. Superlekker, vegetarisch en gezond.

Menugang: Salades
Type gerecht: Vegetarisch
Aantal personen: 2
Bereidingstijd: 15 minuten

Tabouleh is een salade uit de Libanese keuken. Superlekker, vegetarisch en gezond.

Bereidwijze

1. Doe de bulgur in een kom en bedek met het water. Laat 15 minuten staan tot het water volledig is geabsorbeerd.
2. Snijd de peterselie en munt fijn, de tomaatjes in vieren en voeg samen met de olie, citroensap, peper en het zout bij de bulgur.
3. Serveer met pita brood en hummus, gehaktballetjes, falafel of gegrild vlees.

Ingrediënten

- 120 gram bulgur
- 180 ml water
- 225 gram bladpeterselie
- 175 gram munt
- 12 cherrytomaatjes
- 2 el olijfolie
- 1 el citroensap
- Zout en peper

accessoires