



Fremgangsmåte:

Legg bulgur i en skål og dekk den med vann. Bladpersille, mintblader, løk, tomater og vårløk kuttes i bittesmå biter (de kan ikke bli for små hvis de kuttes med vanlig kniv). Når bulguren har ligget i vann i 15-20 minutter: Sjekk at den er helt myk, som kokt ris. Da siler du av vannet og har den opp i salaten. Ha så på salt og eventuelt litt pepper, og sitronjuice og olivenolje etter smak. Pynt salaten hvis ønskelig, med en kvist bladpersille eller lignende.

Tabouleh

Tabouleh er en veldig typisk salat i store deler av Midtøsten og en selvfølgelig del ved grillfester, til middager eller kun til å spise i pitabrød. Palestinere flest er veldig stolte av sin Tabouleh fordi den er kjempegod, og fordi den tar litt tid å lage siden alt skal kuttes så smått. Det er gjerne sånn at dess viktigere gjestene er, dess lengre tid bruker man på å lage maten. Vår erfaring er at denne salaten også smaker godt for norske ganer.

- 1/2 dl bulgur, liten eller medium størrelse
- Ca 2 dl bladpersille
- Ca 2 kvister mint (frivillig)
- En medium stor løk
- 6 mellomstore tomater
- 1-2 små vårløker (frivillig)
- 1 spiseskje salt
- 1/2 teskje svart pepper (frivillig)
- 6 ss Sitronjuice (etter smak)
- 6 ss Olivenolje (etter smak)
- Salat til å pynte skålen med etterpå (frivillig)

