

Adana Şalgamlı Bulgur Salatası

Toplam 20 dk

Hazırlama 15 dk · Pişirme 5 dk

4 kişilik

Kolay

~210 kcal

Açılış 14/10

Adana usulü şalgamlı bulgur salatası ince bulguru şalgam suyu, maydanoz ve köz biberle mor renkli, ekşi bir öğle tabağına çevirir.

Malzemeler

- 1.5 su bardağı ince bulgur
- 1.5 su bardağı şalgam suyu
- 2 adet Köz biber
- 0.5 demet Maydanoz
- 1 yemek kaşığı Nar ekşisi

Yapılışı

- Hazırladığınız geniş kase ve süzgeci çikararak malzeme sulanı dokuyu bozmasın.
- Şalgam suyunu 1.5 su bardağı bulgurun üzerine dökün.
- Bulguru 10 dakika kapalı şekilde şişirin.
- Köz biber ve maydanozu ince doğrayın.
- Bulguru nar ekşisi ve yeşillikle harmanlayın.

PÜF NOKTASI

Şalgam suyunu sıcak kullanmak bulgurun eşit şişmesini sağlar.

SERVIS ÖNERİSİ

Marul yaprakları ile soğuk servis edin.

Alerjenler

Gluten