

# Sumaklı Havuçlu Bulgur Salatası

Toplam 20 dk

Hazırlama 10 dk · Pişirme 0 dk

4 kişilik

Kolay

~156 kcal

Açılış 14/10

İnce bulgurun sumakla buluştuğu, havuç rendesi ile renk kazanan hafif salatadır. Kuru soğan tuzla ovularak keskinliği alınır. Domates ve maydanoz tazeliği taşır. Biber salçası ve nar ekşisi opsiyonel olarak derinlik katar.

## Malzemeler

- 1 su bardağı ince bulgur
- 2 adet Havuç
- 1 tatlı kaşığı Sumak
- 1 yemek kaşığı Zeytinyağı
- 1 adet Kuru soğan
- 1 adet Domates
- 0.5 demet Taze maydanoz
- 1 yemek kaşığı Limon suyu
- 1 çay kaşığı Tuz
- 1 yemek kaşığı Nar ekşisi (opsiyonel)
- 1 çay kaşığı Biber salçası (opsiyonel)

## Yapılışı

1. İnce bulguru oda sıcaklığında suyla 10 dakika 1 slatı suyunu süzün.
2. Havucu ince rendeleyin; kuru soğanı yarımaya doğrayıp tuzla 2 dakika ovup soğuk suda yıkayın.
3. Domatesi küp doğrayın maydanozu ince kıyın.
4. Geniş kâsede bulgur, havuç, soğan, domates ve maydanozu birleştirin.
5. Üzerine sumak, zeytinyağı, limon suyu, tuz ve opsiyonel nar ekşisi/biber salçası ekleyip ezmeden harmanlayın.
6. 15 dakika oda sıcaklığında dinlendirip aroma otursun, ardından servis edin.

### PÜF NOKTASI

İnce bulguru kaynamış suyla değil, oda sıcaklığında suyla 10 dakika 1 slatı hamurlaşmaz, taneli kalır. Soğanı dilimleyip tuzla ovup yıkamak salataya keskin koku bırakmaz.

### SERVİS ÖNERİSİ

Marul yaprakları üzerinde servis edin, yanlarında mayran veya közlenmiş biber turşusu ile sunun.

## Alerjenler

Gluten