

Zutaten

- 100 g Bulgur
- 1El Ras El Hanout (gestrichen)
- 1 halbe Gurke, geschält
- 10 Radieschen
- 1 kleine rote Zwiebel
- 4 Tomaten
- 10 Datteln
- 1 kleines Bund Petersilie, 1 kleines Bund Minze
- Olivenöl, Zitronensaft, Salz, grober Pfeffer

Beilage, Vorspeise

Bulgur-Salat mit Datteln, Gurken und Tomaten

Entdecken Sie unseren erfrischenden Bulgur-Salat mit Datteln, Gurken und Tomaten. Jetzt nachkochen und genießen bei Kochateliers!

So wird’s gemacht:

1. Bulgur mit dem Ras El Hanout und einer Prise Salz mischen, anschließend mit kochendem Wasser großzügig übergießen und quellen lassen. Das Gemüse und die Datteln in kleine Würfel schneiden, die Kräuter grob schneiden. Das überschüssige Wasser beim Bulgur abgießen und gut abtropfen lassen. Mit dem Gemüse den Datteln und den Kräutern mischen, mit Olivenöl und Zitronensaft abschmecken.