

Türkischer Bulgursalat (Kisir)

Zutaten:

Für das Dressing

- ½ EL Tomatenmark
- ½ EL Paprikamark
- ½ Zitrone (ausgepresst)
- 2 EL Olivenöl
- 1 TL Salz

- 250 g feiner Bulgur
- 500 ml Wasser (gekocht)
- 2 Tomaten
- ½ Gurke
- 5 Salatblätter (muss man aber ganz klein schnibbeln)
- 2 Lauchzwiebeln
- 3 EL Petersilie (gehackt)



Arbeitszeit:

ca. 15 Minuten

So machst du Kisir selber:

1. Gib eine große Tasse Bulgur in eine Schüssel und übergieße ihn mit 1,5 großen Tassen kochendem Wasser. Vermische ihn und lasse ihn ziehen sowie abkühlen.
2. Wasche das Gemüse. Schneide die Tomaten, die Gurke, die Salatblätter und die Lauchzwiebeln in sehr kleine Stücke. Gib sie auf den Bulgur.
3. Rühre aus dem Olivenöl, dem Tomatenmark, dem Paprikamark, dem Salz und dem Zitronensaft ein Dressing an. Mische es mit dem kleingeschnittenen Gemüse unter den Salat.
4. Wasche die Petersilie und hacke sie klein. Hebe die gehackte Petersilie unter.
5. Stelle den Bulgursalat dann zum Durchziehen für mindestens 2 Stunden - am besten über Nacht - in den Kühlschrank.
6. Serviere den türkischen Bulgursalat mit Granatapfelsirup. Frische Granatapfelkerne sind noch besser. Sie eignen sich wegen der Aspirationsgefahr aber nicht für kleine Kinder U3.

Besuch uns gern wieder auf familienkost.de und stöber in unserem [Shop](#).

