

Naneli Bulgurlu Kabak Salatası

Toplam 22 dk

Hazırlama 12 dk · Pişirme 10 dk

4 kişilik

Kolay

~146 kcal

Şanlıurfa usulü naneli bulgurlu kabak salatası kabağın ince bulgur ve nane ile buluşturarak hafif bir öğün kurar.

Malzemeler

- 3 adet Kabak
- 0.8 su bardağı ince bulgur
- 0.3 demet Nane
- 2 yemek kaşığı Limon suyu
- 1 yemek kaşığı Zeytinyağı

Yapılışı

- Bulguru sıcak suyla 10 dakika şişirin.
- Kabağı tavada 4 dakika çevirin.
- Limonlu sos ve nane ile karıştırarak servis edin.

PÜF NOKTASI

Kabağı tavada kızartmak salatada sulanmasını önler.

SERVIS ÖNERİSİ

İlginç servis edin.

Alerjenler

Gluten