

Nar Ekşili Kıs Salatası

Toplam 14 dk

Hazırlama 14 dk · Pişirme 0 dk

4 kişilik

Kolay

~182 kcal

Açılış 14/10

Nar ekşili kıs salatası ince bulguru bol yeşillik ve nar ekşisiyle buluşturarak canlı taneli ve mezeye uygun bir tabak yapar.

Malzemeler

- 1 su bardağı ince bulgur
- 2 adet Domates
- 0.5 demet Maydanoz
- 2 yemek kaşığı Nar ekşisi
- 1 yemek kaşığı Zeytinyağı

Yapılış

1. İnce bulgur malzemesini yıkayın.
2. Domates ve Maydanoz malzemelerini küp doğrayın.
3. Nar ekşisi ve Zeytinyağı ile sosu küçük bir kasede çirpın.
4. İnce bulgur, Domates ve kalan malzemeleri sosla nazikçe harmanlayın.
5. Domates eklenmiş bulgur salatasını 10 dakika dinlendirip soğuk servis edin.

PÜF NOKTASI

Bulguru kıs salatası için tane dokuyu daha belirgin tutar.

SERVIS ÖNERİSİ

Kıs salatasının sunun, yanına narul yaprakları ve limon koyun.

Alerjenler

Gluten