

Couscous/Bulgur Salat (auch Kisir genannt)

Zutaten:



- 500g Bulgur (auf Türkisch: Kisirlik Dügü)
- 3-4 Zwiebeln
- Sonnenblumenöl
- 2 gehäufte Esslöffel Tomatenmark
- 3 gehäufte Esslöffel Paprikamark
- 1 Teelöffel Kreuzkümmelpulver
- 1 Teelöffel Salz
- 1 Teelöffel Pfeffer
- Granatapfelsirup
- Saft von einer Zitrone
- Petersilie

Zubereitung:



1. Bulgur ausreichend mit kochendem Wasser übergießen und ziehen lassen (am besten die Schale verschließen oder mit einem Tuch abdecken)
2. Zwiebeln klein hacken und in viel Öl (Öl sollte bis über die Zwiebeln kommen) glasig anbraten
3. Tomatenmark, Paprikamark, Salz, Kreuzkümmelpulver und Pfeffer in die Pfanne zu den Zwiebeln geben und 1-2 Minuten lang köcheln lassen
4. Diese Zwiebel-Mischung zu dem aufgegangenen Bulgur geben und gut verrühren
5. Den Bulgur je nach Belieben mit Granatapfelsirup und Zitronensaft abschmecken.
6. Petersilie klein hacken und dazu geben. zum Schluss nochmal alles gut verrühren und dann kann der Couscous Salat auch schon serviert werden.

Alle Zutaten für diesen köstlichen Couscous/ Bulgur-Salat auch online erhältlich!
www.monheimer-lokalahelden.de: Burak Feinkost.

Viel Spaß und guten Appetit!