



Comer, beber, pero no por el exceso de residuos (Al-A'raf 31)
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Turco recetas de cocina

Taboule

Taboule



2 vaso de bulgur, para pilaf
1 cebolla mediana
4 tomates medianos
Jugo de un limón
1 manojo de perejil
1/2 manojo de menta fresca
1/3 vaso de aceite de oliva
1 cucharadita de sal
3+1/2 vaso de agua

Ponga 3+1/2 vaso de agua y la sal en una olla. Cuando el agua llega al punto de ebullición, añadir bulgur se lavan en ella. Cook, a fuego medio durante 10 minutos, luego retírelo de la estufa.
Cuando se hierve el bulgur se enfría, los dados o la cebolla rebanada, cebolla verde, perejil, menta y tomates.
Luego se agrega el picado o en rodajas hortalizas en la tibia bulgur, añadir el aceite de oliva y jugo de limón también, revuelva.
Servir tibio que.

Nota: Taboule es una receta de cocina de Líbano.