

Sałatka z bulguru , ciecierzycy i fety



EMESLIVE



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

bulguru	180 g
ser feta	75 g
skórka z cytryny	1 łyżka
sok z cytryny	2 łyżki
oliwa	5 łyżek
koperek	3 łyżki
pieprz	0,5 łyżeczki
ciecierzyca	200 gotowana

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

1. Bulgur wsypać do żaroodpornego naczynia z przykrywką, zalać 600 ml wrzącej wody, dodać 2 łyżki oliwy. Całość dobrze wymieszać, przykryć i odstawić w ciepłe miejsce na 20 minut.
2. Z trzech łyżek oliwy, soku z cytryny i łyżki wody przygotować dressing. Ser feta pokruszyć w dłoniach na małe kawałki.
3. Gotowy bulgur spulchnić widelcem. Dodać skórkę z cytryny, ciecierzycę, pokruszony ser i koperek. Całość delikatnie wymieszać. Dodać sos, doprawić pieprzem i ewentualnie solą (jeśli feta okaże się zbyt mało słona), ponownie wymieszać.