

Tabule



BERNIKA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

cebula

pomidory 2

ogórek

sok z cytryny

świeżo zmielony pieprz

3 łyżki oliwy z oliwek

natka pietruszki

sól

kuskus 150 g

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Tabule - arabska sałatka z kuskusa i warzyw w wykonaniu corki z książki Dzieci gotują.

Kaszke zalała woda z łyżeczką soli. Gdy wsiąkła i ostygła dodała drobno pokrojona cebule, pomidory i ogorek. Wymieszała. Wlała sok z cytryny i oliwe, posypała pieprzem i natką. Wymieszała i na 15 minut do lodówki żeby się przegryzło (można jeszcze dodać paprykę).