



**FRESH!**  
VERSMARKT LEIDSENHAGE




### Ingredienten

450 ml groentebouillon  
275 gr bulgur  
1,5 dl olijfolie  
1 komkommer  
5 tomaten  
2 bosuitjes  
1 rode of gele paprika  
Een halve bos munt  
200 gr feta  
3 el azijn  
1 tl mosterd  
7 el sinaasappelsap  
1 citroen  
Zout  
1 cayennepeper  
4 tenen knoflook

## TABOULEH VAN BULGUR

 **Lunch**

 **4 personen**

 **15 minuten**

1. Breng de groentebouillon aan de kook en roer de bulgur er door heen.
2. Laat de bulgur het vocht opnemen, neem de pan van het vuur en dek deze af. Laat 5 minuten staan.
3. Roer de bulgur voorzichtig om en voeg 2 el olijfolie toe.
4. Doe de bulgur in een schaal en laat afkoelen.
5. Was de komkommer en halveer, verwijder de zaadlijsten en snijd in stukjes.
6. Strooi 1 el zout over de komkommer en laat uitlekken in een vergiet.
7. Snijd de tomaten doormidden en verwijder de zaadlijsten. Snij het vruchtvlees in blokjes.
8. Verwijder de zaadjes van de paprika en snijd in blokjes.
9. Snijd de cayennepeper doormidden en verwijder de zaadjes. Snijd fijn.
10. Snijd de bosuitjes in ringen.
11. Hak de helft van de munt fijn, de andere helft in reepjes.
12. Meng in een kom 7 el sinaasappelsap, sap van 1 uitgeknepen citroen, olijfolie, mosterd, zout, cayennepeper, azijn, gehakte munt en de bosuitjes.
13. Snijd of pers de knoflook fijn en voeg deze toe aan de marinade.
14. Vermeng het mengsel met de bulgur, komkommer, tomaat en paprika.
15. Schep vlak voor het opdienen de reepjes munt en feta door de salade.