



GEWÜRZE
DER WELT



Rezeptkarte N° 197

Bulgur-Salat mit Vadouvan und Granatapfel

Zutaten

200g Bulgur

100 ml frisch gepresster

Orangensaft

100 ml Wasser



2 EL Bio Vadouvan

Salz nach Geschmack

$\frac{1}{2}$ **Bund** Lauchzwiebeln, in

Ringe geschnitten

4 Datteln, gewürfelt

$\frac{1}{2}$ Granatapfel, die Kerne aus-
gelöst

1 EL Minze, gehackt

Rezept

Bulgur mit Wasser, Orangensaft, Salz und Vadouvan in einen Topf geben und aufkochen. Für 10 Minuten zugedeckt köcheln lassen. Gegen Ende der Garzeit die Lauchzwiebeln untermischen und mit Salz abschmecken. Datteln, Granatapfelkerne und Minze unter den Bulgur heben und warm servieren.

Guten Appetit!