



Bulgursalat mit Minze

Ganz-fix-fertig-Sommersalat!

Zutaten:

250 g Bulgur (alt. Couscous)
50 g Pinienkerne
½ Schlangengurke
5 Radieschen
300 g Feta
2-3 Stängel frische Minze
2 kleine Romanasalatherzen
300 g körniger Frischkäse
3 EL Olivenöl
2 EL Zitronensaft
Salz & Pfeffer

 Für 4 Portionen

 30 min

Zubereitung:

1. Bulgur (oder) Couscous nach Packungsanweisung garen und abkühlen lassen. Pinienkerne in einer Pfanne anrösten. Gurke in kleine Würfel schneiden. Radieschen in feine Scheiben hobeln. Feta würfeln. Die Minze von den Stängeln zupfen und fein hacken, Salatherzen waschen und in Streifen schneiden.
2. Bulgur mit Pinienkernen, Gurken, Radieschen, Minze und Frischkäse in eine Schüssel geben und durchmischen. Mit Olivenöl, Zitronensaft, Salz & Pfeffer abschmecken. Vorsichtig die Fetawürfel und den Salat unterheben.