

Bulgur-Salat (Kisir)



Zuerst das Öl erhitzen und die Zwiebel darin glasig anbraten. Nicht braun werden lassen. Das Tomaten- und Paprikamark ein paar Sekunden mit anschwitzen und beiseitestellen.

Wasser kochen und kochend über den Bulgur gießen. Das Ganze zusammen mit dem Salz so lange umrühren, bis der Bulgur alles aufgesogen hat.

Tipp: Ich mache beim Rühren immer wieder eine Bissprobe, ob es al dente ist. Evtl. etwas weniger oder mehr Wasser nehmen. Es ist wie beim Reis - manche Bulgursorten brauchen mehr, manche Sorten weniger Wasser.

Dann die Zwiebel-Öl-Tomatenmark-Mischung dazugeben und mit dem Zitronensaft und Granatapfelsirup vermengen.

Tipp: Wer keinen Granatapfelsirup auftreiben kann (gibts beim türkischen Lebensmittelhändler), kann es vielleicht durch ein wenig Aceto balsamico ersetzen. Dann aber mehr Zitronensaft nehmen. Ich habe es selber so nicht ausprobiert. Übernehme daher keine Gewähr wenn's dann nicht so schmeckt wie es soll.

Zum Schluss noch die Frühlingszwiebel und die Petersilie untermengen und mit Pfeffer abschmecken.

Anmerkung: Normalerweise mache ich es nach Augenmaß, aber weil so viele das Rezept schon haben wollten, habe ich mir die Mühe gemacht alles nach und nach abzuwiegen.

Ich würde trotzdem empfehlen, zwischendurch immer wieder zu probieren und nach eigenem Geschmack zu variieren.

Zutaten für 6 Portionen:

500 g	Bulgur, feiner (köftelik)
900 ml	Wasser, kochendes
5	Frühlingszwiebel(n), in dünne Ringe geschnittene
1 m.-großer	Zwiebel(n), in kleine Würfel gehackte
120 g	Tomatenmark
15 g	Paprikamark, optional, kann durch weiteres Tomatenmark ersetzt werden
2 ½ TL	Salz
25 ml	Zitronensaft
25 ml	Granatapfelsirup
110 ml	Öl
1 Handvoll	Petersilie (ca. 45 g = fertig gehackt)
	Pfeffer