

Pomidorowa sałatka z kaszy Bulgur



Składniki

Pomidorowa sałatka z kaszy Bulgur

2 szklanka - ciemna kasza Bulgur (najlepiej błyskawiczna)

1 szklanka - pomidory z puszki

3 szt. - śliwki suszone

1/2 szklanka - białe wino

2 łyżka - masło

plastry Kindziuka

2 szt. - garść porwanej sałaty chrupiącej

Sok z jednej limonki

sok z jednej cytryny

2 łyżka - miód

1/4 szklanka - oliwa z oliwek

2 łyżka - uprażone pestki z dyni

3 łyżka - pestki granatu

1 szklanka - pokruszony ser typu Koryciński

Opis wykonania

Apetyczna sałatka z kaszą Bulgur z pestkami dyni, grantu i śliwkami.

Pomidory przesmaż na maśle z śliwką. Dopraw miodem. Gdy woda odparuje do połowy to dolej wino i doprowadź do wrzenia. Gotowym sosem zalej w misce Bulgur i szczelnie zawiń folią. Odstaw na bok na ok. 2 godziny i poczekaj aż kasza nasiąknie i będzie miękka.

Kindziuk ułóż na blasze i piecz aż powstaną chipsy najlepiej na grillowaniu.

Wszystkie pozostałe składniki połącz z kaszą. Podawaj posypaną połamanymi chipsami.

Jeśli kasza jest zbyt sucha dolej oliwy lub więcej soku z któregoś z cytrusów.