

Bulgur Salat

mit Römer-Schinken

Was du dazu benötigst

- 300g Römer-Schinken
- 300g Bulgur
- 1 Salatgurke
- 1 Paprika, rot
- 2 Jungzwiebeln
- 3 Karotten
- 2 EL Marillenmarmelade
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL Senf
- 1/8 L Balsamicoessig, dunkel
- 8 EL Olivenöl
- Etwas Schnittlauch & Petersilie
- Etwas Salz & Pfeffer



Zubereitung

Den Bulgur laut Packungsanleitung kochen. Für das Dressing Senf, Knoblauchzehe, Marillenmarmelade, eine Prise Salz, Essig und Olivenöl in einem tiefen Behälter cremig mixen.

Die Kerne der Salatgurke entfernen und in kleine Würfel schneiden. Den Paprika ebenso fein würfeln. Die Karotten schälen und mit der groben Reibe zerkleinern. Den Jungzwiebel in feine Stücke schneiden.

Petersilie und Schnittlauch fein hacken. Den Römer-Schinken in feine Streifen schneiden.

Alle klein geschnittenen Zutaten mit dem gekochten Bulgur vermengen und mit dem Dressing vermischen.

Tipp

Je nach Saison kann unterschiedliches Gemüse verwendet werden.

Portionen

4 Portionen

Dauer

30 Minuten Vorbereitung:

15 Minuten Kochzeit: 15

Minuten **Level**

Einfach

