



Bulgursalat mit Ofengemüse

Zutaten (2 Portionen)

- 100g Bulgur
- 1/2 Kohlrabi
- 2 Karotten
- Salz und Pfeffer
- 1 EL Olivenöl
- 2 gehäufte TL Ras El Hanout (oder ähnliches Gewürz)
- 30g Walnüsse
- 20g getrocknete Cranberries
- 1/2 Bund Schnittlauch
- 2 EL Zitronensaft
- 100g Feta



Zubereitung

Den Bulgur mit ca. 1/2 TL Salz in doppelter Menge kochendes Wasser geben. Alles einmal aufkochen lassen, dann den Herd zurückdrehen und den Bulgur 20 Min. quellen lassen.

In der Zwischenzeit die Kohlrabi und Karotten schälen, mundgerecht schneiden und in einer Schüssel mit 1 EL Olivenöl, 1 gehäuften TL Ras El Hanout und etwas Salz mischen. Alles auf einem Backblech ausbreiten und im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad (Umluft) ca. 20 Min. rösten. Dabei einmal wenden.

Walnüsse, Cranberries und Schnittlauch grob hacken.

Den Bulgur in eine Schüssel geben, mit 1 EL Olivenöl, Zitronensaft und 1 gehäuften TL Ras El Hanout mischen. Die gerösteten Kohlrabi, Karotten, zerbröselten Feta und die Nussmischung unterrühren. Das Ganze kurz durchziehen lassen und servieren oder evtl. abkühlen lassen und kalt genießen.