



R e z e p t



## Bulgur-Salat mit Kräuter-Aprikosen

### Zutaten für den Salat

- 200 g Bulgur
- 100 g getrocknete Aprikosen
- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- je 3 Stängel Basilikum & Petersilie
- 50 g Mandeln, ganz

### ... für das Dressing

- 4 EL Zitronensaft
- ½ - 1 TL gemahlener Koriander
- 1 TL Honig
- 6 EL Olivenöl
- 150 g Chavroux (Ziegenfrischkäse)
- Salz, Pfeffer

### Zubereitung

- Bulgur mit einer Prise Salz und 250 ml heißem Wasser quellen lassen: 1 Stunde.
- Aprikosen in feine Streifen schneiden und ebenfalls in etwas heißem Wasser quellen lassen.
- Mandeln hacken und ohne Fett in einer Pfanne anrösten.
- Frühlingszwiebeln putzen und mit dem knackigen Grün in Ringlein schneiden.
- Kräuter waschen, trockenschütteln und fein hacken.
- Für das Dressing: Zitronensaft mit Salz, Pfeffer, Koriander und Honig verrühren. Öl unterschlagen. Den Chavroux grob zerbröckeln und einrühren.
- Aprikosen gut abtropfen lassen, Bulgur mit einer Gabel auflockern.
- Jetzt alle Zutaten mit dem Dressing gut vermischen.
- Mindestens eine Stunde ziehen lassen, dann nochmal abschmecken.