



Tabbouleh

- 1 taza de sémola de trigo (burghul)
- 3 cebollas dulces
- 2 tazas de perejil fresco
- 1 taza de hierbabuena fresca
- ½ Kg. de tomates
- ½ taza de zumo de limón recién exprimido
- Sal
- Pimienta (opcional)
- 2-3 cucharadas de aceite de oliva.

- 1- Lavamos el perejil y la hierbabuena, escurrimos bien y troceamos.
- 2- Lavamos el tomate y lo partimos en dados.
- 3- Picamos la cebolla dulce.
- 4- Hidratamos la sémola durante 10 minutos en un recipiente con agua. La colamos y escurrimos lo máximo posible presionando con una cuchara.
- 5- Colocamos la sémola de trigo en un bol con el resto de los componentes y el zumo de limón. Salpimentamos, añadimos aove y mezclamos.