



## Топла зимна салата с табуле



4 порции

### СЪСТАВКИ

#### СЪСТАВКИ ЗА ТАБУЛЕТО

300 г варен **пшеничен булгур**  
2 глави пресен лук, ситно нарязан  
Малък стрък пресен кориандър, нарязан  
Малка връзка магданоз, нарязан  
5 пресни листа мента, нарязани на ситно  
Сокът на половин лимон  
2 с. л. зехтин  
¼ ч. л. сол  
¼ ч. л. черен пипер

#### ПЕЧЕНИ ЗЕЛЕНЧУЦИ

2 глави червен лук, обелени и нарязани по дължина  
2 сладки картофа, обелени и нарязани на кубчета  
1 малка глава карфиол, нарязана на цветенца  
4 скилидки чесън, необелени  
2 с. л. зехтин  
¼ ч. л. сол  
¼ ч. л. черен пипер  
1 ч. л. червен пипер  
½ ч. л. кимион  
200 г лилаво броколи  
100 г кале (къдраво зеле), нарязано на ивици  
75 г **фета сирене**, натрошено  
2 с. л. зърна от нар

#### ДРЕСИНГ ОТ ЛИМОН И СМРАДЛИКА

Кората и сока на един лимон  
4 с. л. зехтин  
1 малка скилидка чесън, обелена и смляна  
¼ ч. л. сол  
¼ ч. л. черен пипер  
1 ч. л. светлокафява захар  
1 ч. л. смрадлика

### НАЧИН НА ПРИГОТВЯНЕ

Загрейте предварително фурната до 190°C със CircoTherm®.

Сложете всички съставки за табулето в купа и ги разбъркайте. Оставете го да престои, така че вкусовете да се смесят, докато пригответе зеленчуците.

Поставете червения лук, сладкия картоф и карфиола в тава за печене. Леко смачкайте необеления чесън с дървена лъжица и го сложете също в тавата.

Напръскайте със зехтин и поръсете със солта, черния пипер, червения пипер и кимиона. Разбъркайте всичко с ръце, след което поставете във фурната за 10 минути.

След 10 минути добавете броколито и отново разбъркайте добре. Гответе още 15 минути.

След 15 минути добавете калето, отново разбъркайте всичко и поставете обратно във фурната за 3 – 4 минути при ниска интензивност на парата.

Междувременно направете дресинга от лимон и смрадлика, като смесите всички съставки за него в малка купа.

Сервирайте табулето с печените зеленчуци, поръсено със сирене фета и зърна нар. Сервирайте с дресинга от лимон и смрадлика.