



LISÄÄ RESEpteJÄ
WWW.HUNAJA.FI



HUNAJAINEN BULGUR

AINEKSET NELJÄLLE

- 2 rkl Hunajayhtymän hunajaa
- 4 dl vettä
- 2 dl bulguria
- 1 kanaliemikuutio
- 1 porkkana
- 1 rkl currya
- 1 rkl oliiviöljyä
- 1 lime
- tuoretta minttu

Pilko porkkana hyvin pieniksi kuutioiksi. Laita kattilaan 4 dl vettä, hunaja, kanaliemikuutio, porkkanat ja kiehauta.

Lisää bulgur ja curry. Keitä pari minuuttia ja siirrä levyltä kannen alle tekeytymään 10 minuutiksi.

Viimeistele hunajainen bulgur oliiviöljyllä, limemehulla ja tuoreella mintulla. Tarkista suola. Kahvikuppia voi käyttää muottina tarjolle asettelussa.



Tutustu monipuolisiin resepteihimme:
www.hunaja.fi/reseptit
www.mieleinen.fi/reseptit

www.facebook.com/hunajayhtyma

