

## **Ingrédients**

- 1 concombre

- 5 tomates

- cerfeuil

- 2 branches de menthe

-1 citron pressé

- 2càs d'huile d'olive

- sel

- 500g de Boulgour, soit 1 paquet (marque Tipiak par exemple)

- 1/2 oignon blanc

## **Recette**

- Préparer le boulgour selon les modalités du paquet, puis laissez refroidir

- Monder et épépinez les tomates. Coupez les en petits cubes.

- Rapez le concombre, épépinez le et coupez le en petits cubes.

(si les légumes dégorgent trop d'eau, essorez les un peu)

- Coupez l'oignon blanc en petits morceaux.

- Dans un saladier, mettre le boulgour, les tomates, les concombres, les feuilles de menthe ciselées, le cerfeuil, l'huile d'olive, le sel et mélangez.

N'hésitez pas à goûter pour vérifier l'assaisonnement du sel notamment.

Possibilité de rajouter : du persil plat, raisins secs, pignons...

- Servir froid.