TABULE ORIGINAL LIBANÊS

INGREDIENTES

3 maços de salsa

1 maço de hortelã

5 ramos de cebolinha verde

2 tomates maduros

1 cebola

1/4 xícara de trigo para quibe

3 a 5 limões taiti ou siciliano (suco) dependendo do tamanho

1/4 xícara de azeite extra virgem

1 colher (chá) de hortelã seca (opcional)

1 colher (chá) de sete temperos libanês (opcional)

sal a gosto

alface para guarnecer

MODO DE PREPARO

Lave bem todos os ingredientes e seque

Retire as folhas de salsa e de hortelã dos galhos cuidadosamente e pique

Pique o tomate e a cebola bem pequenos

Coloque o trigo para quibe em uma peneira fina e lave

Coloque o trigo para quibe em uma vasilha e despeje 2/3 do suco de limão, misture e deixe absorver por dez minutos

Misture delicadamente e coloque os ingredientes restantes

Guarneça uma travessa com alface de sua preferência e vá fazendo pequenas trouxinhas

Caso goste de pouca acidez, deixe o trigo descansar em água e não no suco de limão e adicione o suco no final

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://areceitadavez.com.br/receita/12160-tabule-original-libanes.html