

# *Essbarer Garten Kladow*

**Natur erleben und genießen**

## **Bulgur mit weißem Gänsefuß**

Für 2 Personen:

- 1 Tasse Bulgur
- 2 Tassen Wasser
- 1 Brühwürfel
- 2-3 Handvoll Weißer Gänsefuß
- 1 Handvoll Giersch
- 3 Frühlingszwiebeln oder Winterheckenzwiebeln
- etwas Knoblauch oder Schnittknoblauch
- 1 kleines Stück Chili
- 12 Cocktailtomaten
- Öl, Salz

Das Wasser zum Kochen bringen, den Bulgur und den Brühwürfel damit übergießen. 20 Minuten ziehen lassen. Derweil Zwiebeln, Knoblauch, Chili, Gänsefuß und Giersch zerkleinern. Tomaten halbieren.

Zwiebel und Knoblauch in Öl leicht anbraten. Nach 2 Minuten Chili und die Wildkräuter hinzugeben.

5-8 Minuten braten, fertig gequollenen Bulgur mit in die Pfanne geben. Weitere 5 Minuten braten.

Auf 2 Teller verteilen. Tomatenhälften drumherum drapieren.