Bulgurauflauf

Zutaten (für 4-6 Portionen)

- 150g Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1 rote Chili
- 60g Datteln
- 100g Spitzparika
- 100g Tomaten
- 30g Pistazien
- 10 EL Olivenöl
- 200g Bulgur
- 550ml Gemüsebrühe
- 1 Bd. Petersilie
- 1 Bd. Koriander
- 200g Schafskäse
- 1-2 TL Harissa
- 5 EL Zitronensaft
- 250g Joghurt (10% Fett)
- 3 Stiele Minze

Zubereitung

- Zwiebeln, Knoblauch, Datteln und Chili fein würfeln
- Paprika in Ringe schneiden
- Tomaten fein würfeln
- Pistazien fettfrei anrösten, grob hacken
- Backofen auf 200°C Ober/Unterhitze vorheizen
- 2 EL Olivenöl erhitzen; Zwiebeln, Knoblauch und Chili glasig dünsten, Bulgur kurz mitdünsten, mit Gemüsebrühe auffüllen, bei mittlerer Hitze im geschlossenen Topf 15-18 Min. garen
- Inzwischen Petersilienblätter und Koriander grob hacken
- Schafskäse zerkrümeln
- Tomaten, Paprika, Datteln, Pistazien, Kräuter und 6 EL Olivenöl unter den Bulgur mischen
- Mit Salz, Pfeffer, Harissa, 3 EL Zitronensaft würzen
- Bulgurmischung in Auflaufform füllen, mit Schafskäse bestreuen, mit restlichem Olivenöl beträufeln
- 25-30 Min. goldbraun backen
- Joghurt mit Zitronensaft, Minze, ggf. etwas Salz verrühren, mit dem Auflauf servieren

Guten Appetit!