



Mozzarella mit zitroniger Gremolata

auf Bulgur mit Pistazien und Rosinen

🕒 unter 20min



4 Portionen

Es soll schnell gehen, aber ein bisschen selber kochen möchtest du auch? Dann ist dieses Rezept genau das Richtige für dich. Die nahrhafte Lunch-Bowl mit Bulgur, Linsen und Gemüse ist vorgegart und wird mit wenigen weiteren Zutaten zu einer noch köstlicheren Mahlzeit. Wenig Aufwand, viel Genuss!

Was du von uns bekommst

- 2 unbehandelte Zitronen
- 2 Knoblauchzehen
- 20g Petersilie
- 2 Mozzarellas²
- 60g Pistazienkerne³
- 50g Rosinen
- 4 Lunch Bowls mit Bulgur, Linsen & Gemüse¹

Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Olivenöl

Küchenutensilien

- große Pfanne
- Küchenreibe

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Milch (2), Schalenfrüchte (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 733kcal, Fett 37.9g, Kohlenhydrate 70.8g, Eiweiß 24.3g

1

1. Zutaten vorbereiten

Die **Schale von 1 Zitrone** abreiben, dann **beide Zitronen** halbieren und auspressen. Den **Knoblauch** schälen und fein reiben. Die **Petersilie samt Stängeln** fein hacken. Die **½ des Zitronensafts** mit der **Zitronenschale**, dem **Knoblauch**, der **Petersilie**, 4EL Olivenöl und 1 kräftigen Prise Salz verrühren. Den **Mozzarella** in mundgerechte Stücke zupfen und untermengen.



4. Jetzt bewerten!

Dein Feedback ist wichtig, denn es hilft uns, unsere Rezepte und unser Angebot zu verbessern und mehr von dem zu liefern, was du liebst. Also sei nicht schüchtern - bewerte jedes Rezept, das du aus unserem Menü ausprobierst hast!

2

2. Pistazien garen

Die **Pistazien** in einer großen Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze in 1-2Min. duftend anrösten. **Vorsicht**, die **Pistazien** werden schnell zu dunkel. Die Hitze reduzieren und 1EL Olivenöl und die **Rosinen** unterrühren. Ca. 30Sek. unter Rühren erhitzen, dann mit dem **restlichen Zitronensaft** ablöschen und mit 1 kräftigen Prise Salz würzen.



5. Hat es dir geschmeckt?

Großzügigkeit ist eine tolle Sache und gutes Essen will geteilt werden! Schicke deinen Freunden ein köstliches Geschenk und lade sie über deinen Account zu Marley Spoon ein - sie erhalten dann ein besonderes Willkommensangebot und du bekommst von uns eine kleine Belohnung, wenn sich deine Freunde über deine Einladung anmelden!

3

3. Bowl erhitzen

Die **Bulgur-Bowl** in die Pfanne geben und in 2-3Min. vollständig durcherhitzen, dabei regelmäßig rühren. Den **Mozzarella** mit der **Gremolata** auf der **Bulgur-Bowl** anrichten und servieren.



6. Ein Extra gefällig?

Kennst du schon die köstlichen Leckereien aus unserem Markt? Dort findest du gesunde Snacks, feine Desserts oder **frische Zutaten** z. B. für einen schnellen Smoothie. So machst du deine nächste Mahlzeit zu etwas ganz Besonderem!