

## Gefüllte Weinblätter

### ZUTATEN (für 20 Portionen)

20 Weinblätter in Lake  
2 El Pinienkerne  
150 g Bulgur  
Salz  
0.5 Saft einer Zitrone  
6 El Olivenöl  
0.5 Tl Harissa-Paste  
0.5 Tl Zimt  
1 Tl Kreuzkümmel  
Pfeffer  
6 Stiele Petersilie  
6 Stiele Koriandergrün  
6 Stiele Minze  
2 Stiele Thymian  
2 Frühlingszwiebeln  
1 Tomate  
4 Datteln  
1 Bio Zitrone  
Außerdem  
Küchenpapier



### ZUBEREITUNG

Weinblätter in reichlich kochendem Wasser 10 Minuten garen. In ein Sieb geben, kalt abspülen und abtropfen lassen. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Abkühlen lassen und grob hacken.

Bulgur in leicht kochendem Salzwasser 15-20 Minuten gar kochen, in ein Sieb gießen, abtropfen lassen. Zitronensaft und 5 El Olivenöl in einer Schüssel mit Harissa, Zimt und Kreuzkümmel verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Bulgur zugeben und mischen.

Die Blätter der Kräuter abzupfen und fein hacken. Frühlingszwiebeln putzen und fein schneiden. Stielansatz aus der Tomate schneiden, Tomate und Datteln sehr fein würfeln. Kräuter, Pinienkerne, Tomaten, Datteln und Frühlingszwiebeln zum Bulgur geben, vorsichtig untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Weinblätter auf Küchenpapier gut abtropfen lassen und mit einer zweiten Lage Küchenpapier trocken tupfen. Jeweils 1 El Bulgurfüllung in die Mitte geben. Die langen Blattseiten etwas nach innen über den Reis klappen und das Blatt vom Stielansatz zur Blattspitze hin fest aufrollen.

Restliches Olivenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die gefüllten Weinblätter darin von allen Seiten 1 Minute bei kleiner Hitze braten. Nach Belieben mit Zitronensaft beträufeln.