برغل مع الأعشاب والزرشك



المقادير:

1 كوب من البرغل (متوسط الخشونة)

3 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون

1 كوب من مرق الدجاج

ملح، فلفل

1 ملعقة كبيرة من عصير الليمون

1 ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم

1 ملعقة كبيرة من الزرشك

الطريقة:

- يغسل البرغل وينقع في الماء لمدة عشر دقائق.

- يصفى البرغل من الماء مع الضغط للتخلص من الماء الزائد.

- يسخن الزيت في إناء على نار متوسطة، ويضاف البرغل ويقلب لمدة 5 دقائق حتى يلين.

- يضاف المرق ويتبل الخليط بالملح والفلفل مع التقليب.

- يترك الخليط على نار متوسطة حتى يبدأ في الغليان.

- تخفف الحرارة ويغطى ويترك على نار هادئة حتى ينضج قرابة 10 إلى 15 دقيقة.

- يرفع بعيداً عن النار ويترك ليبرد قليلاً ثمّ يضاف عصير الليمون.

- يوضع في طبق التقديم، ويزين بالبقدونس والزرشك.