

Bulgur

Der orientalische Alleskönner

Bei Bulgur handelt es sich um **vorgekochten Hartweizen**, der je nach Anwendung in **unterschiedliche Feinheitsgrade** gebrochen wird. Der Vorteil des Vorgarens ist eine besonders einfache Zubereitung: Der Bulgur wird einfach nur mit kochendem Wasser übergossen und anschließend ca. 20 Minuten quellen gelassen. Das Volumen erhöht sich um das 2- bis 3-fache nach dem Quellen. In der Türkei und im Vorderen Orient ist Bulgur ein Grundnahrungsmittel. Auch in Deutschland erfreut sich das Getreideerzeugnis seit einigen Jahren immer größerer Beliebtheit. Bulgur ist die **ideale Alternative zu Reis, Nudeln und Kartoffeln** und ist wie Reis relativ geschmacksneutral und **vielseitig einsetzbar**. In der Lebensmittelindustrie wird er in Salaten und Fertiggerichten verarbeitet. Mit Kräutern und Gewürzen zubereitet ist er eine **schmackhafte Fleischbeilage** oder aber auch **Bestandteil von süßen Aufläufen**.



Unser Bulgursortiment in hoher Qualität

Wir liefern sowohl gelben als auch braunen Bulgur, beide in **fein, medium und grob** und auch in **Bio-Qualität**. Alle Varianten stehen in 5 oder 25 kg Säcken zur Verfügung.

Mit unserer **Niederlassung in der Türkei** verfügen wir über eine **eigene Qualitätsicherung direkt vor Ort** und sorgen mit sorgfältig ausgewählten Produzenten für eine gleichbleibend hohe Qualität.

Ideal auch für Vegetarier und Veganer

Bulgur verfügt über einen hohen Gehalt an Ballaststoffen und eignet sich gut für eine **vegetarische und vegane Ernährung**.



Bulgur braun,
medium

Bulgur gelb,
grob



Verwendung im traditionellen
türkischen Gericht İçli Köfte



Bulgursalat

Gerne senden wir Ihnen weitere Informationen und Muster zu.

Bitte wenden Sie sich dafür an den Ihnen bekannten Ansprechpartner oder an HL-info@lamotte-food.de.