

## **TABULE**

### **INGREDIENTES**

2 Pepinos  
2 Tomates  
1 Cebolla  
2 Dientes de ajo  
1 Taza trigo partido N° 2  
1/2 Taza de Aceite de oliva  
2 Limones  
1 Manojito de perejil  
1 Pizca de pimienta negra

### **PREPARACIÓN**

Ponemos a remojar en agua el trigo partido por 1 hora (aumenta 3 veces su tamaño).

Cortamos en daditos pequeños el tomate sin la semilla, los pepinos sin la semilla y la piel, la cebolla, el perejil, los ajos y colocamos en un bol.

Escurremos el trigo en un colador y lo agregamos al bol, mezclamos todo y lo aderezamos con el zumo de los limones, sal, pimienta y aceite de oliva.