



Persilladebakad lax med tzatziki och bulgur

Persilladebakad lax

Laxfilé 2 st
 Persillade 1 påse
 ● Salt 2 krm

Tzatziki

Gurka ½ st
 Matyoghurt 2 dl
 Vitlök 1 klyfta
 ● Salt 1 krm

Till servering

Bulgur 125 g
 Mixsallad 30 g
 Gurka ½ st

Att ha hemma ●

Olivolja, Salt,
 Svartpeppar

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig).
2. Koka bulgur enligt anvisning på förpackningen.
3. **Persilladebakad lax:** Lägg laxfilé i en ugnsfast form. Ringla på lite olivolja och krydda med persillade, salt och lite nymald svartpeppar. Tillaga mitt i ugnen ca 9 min, tills fisken är klar.
4. **Tzatziki:** Grovriv gurka. Pressa ur lite av vätskan och lägg den rivna gurkan i en skål. Blanda med matyoghurt, pressad vitlök, salt och lite nymald svartpeppar.
5. Skär resten av gurkan i mindre bitar och lägg i en skål tillsammans med mixsallad (se tips!). Servera till persilladebakad lax, bulgur och tzatziki.

Observera att ingredienser kan avvika från receptbilden

TIPS! Har du tid? Blanda gärna salladen med lite olivolja, vinäger, salt och svartpeppar!