



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Stekt svinekam med bulgursalat, cherrytomater og cæsardressing

## Bulgursalat

125 g bulgur  
½–1 pakke persillade  
½ stk rødt eple  
½ stk sjalottløk  
½ ss smør\* <sup>B</sup>

## Svinekam

300 g svinekam i skiver

## Salat

1 stk hjertesalat  
1 pakke cherrytomater

## Dressing

1 pakke cæsardressing

olje <sup>B</sup>

salt <sup>B</sup>

pepper <sup>B</sup>

olivenolje <sup>B</sup>

<sup>B</sup> Basisvare

- 1. Bulgursalat:** Tilbered bulguren som anvist på pakken, men ha persilladen i kokevannet.
- 2. Svinekam:** Krydre kjøttet med salt og pepper. Varm opp en stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Stek kjøttet i 2–3 minutter på hver side, til det er gjennomstekt. La kjøttet hvile i omtrent 5 minutter før servering.
- 3. Bulgursalat, fortsettelse:** Skyll og kutt eplet i terninger. Skrell og finhakk sjalottløken. Vend eplet, løken og 1 ss smør inn i den ferdigkokte bulguren (se tips).
- 4. Salat:** Skyll og kutt hjertesalaten i grove strimler, og skyll cherrytomatene. Ha grønnsakene over i en bolle og vend inn litt olivenolje, salt og pepper.
- 5. Dressing:** Server cæsardressing til retten.



## TIPS!

Om du ønsker en mildere smak på bulguren kan du surre løken blank i litt olje, før du tilsetter den i bulguren.

\* Du kan bytte ut ingrediensen mot et allernaivert alternativ