



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

# 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.

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