



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

# Marockansk bulgursallad med kyckling, ras el hanout, mynta och torkade tranbär

## Srirachayoghurt

Matyoghurt 150 g  
Srirachasås ½ förp  
● Salt 1 krm

## Kryddstekt kyckling

Kycklingfilé strimlad 300 g  
Vitlök 2 klyftor  
Ras el hanout ¾ förp

## Bulgursallad

Bulgur 125 g  
Mynta 20 g  
Tomat 1 st  
Babyspenat 30 g  
Torkade tranbär 25 g  
Morotsjulienne 1 förp  
● Olivolja 1 msk  
Citron ½-1 st

## Att ha hemma ●

Olivolja, Salt, Svartpeppar

1. Koka bulgur enligt anvisning på förpackningen.
2. **Srirachayoghurt:** Blanda matyoghurt, srirachasås och salt i en liten skål.
3. **Kryddstekt kyckling:** Hetta upp olivolja i en stekpanna. Fräs strimlad kyckling och pressad vitlök ca 3 min. Tillsätt ras el hanout och stek ytterligare ca 2 min.
4. **Bulgursallad:** Strimla mynta och skär tomat i mindre bitar. Lägg allt i en rymlig salladsskål tillsammans med babyspenat, morotsjulienne och torkade tranbär. Blanda ner kokt bulgur och kryddstekt kyckling. Dressa salladen med olivolja, pressad saft från citronen, salt och lite nymald svartpeppar.
5. Servera ljummen bulgursallad med srirachayoghurt.