



Bildet kan avvike noe fra oppskriften

🕒 15-20 min 👤 2 porsjoner

GL 073_2

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* ^B

Svinekam

300 g svinekam i skiver

Salat

1 stk hjertesalat
1 pakke cherrytomater

Dressing

1 pakke cæsardressing

olje ^B

salt ^B

pepper ^B

olivenolje ^B

^B 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 allernaivalt alternativ