



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Fläskkarré med bulgursallad, fetaost och BBQ-sås

Bulgursallad

Bulgur 125 g
Kycklingbuljong 1 förp
Tomat 2 st
Snackgurka 1 st
Romansallad ½ st
Fetaost 50 g

Sås

BBQ-sås 1 förp
Gräddfil 75 g

Fläskkarré

Fläskkarré 300 g
Persillade 1 tsk
● Salt ½ tsk

Att ha hemma ●

Salt, Svartpeppar

- 1. Bulgursallad:** Koka bulgur enligt anvisningen på förpackningen, men byt ut salt mot kycklingbuljong.
- 2.** Skär tomat, snackgurka och romansallad i mindre bitar. Lägg allt i små skålar eller allt i en salladsskål.
- 3. Sås:** Blanda BBQ-sås med gräddfil i en skål.
- 4. Fläskkarré:** Krydda fläskkarré med persillade, salt och lite nymald svartpeppar. Hetta upp en grill- eller stekpanna på hög värme och tillaga köttet ca 4 min per sida, tills köttet är genomstekt.
- 5. Bulgursallad:** Blanda ner bulgur i salladsskålen och smula över fetaost. Eller servera allt separat.
- 6.** Servera fläskkarré med bulgursallad och sås.

TIPS! Vill du grilla, tänd grillen!