



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

## Salsicciapanna med spenat, bulgur och bakade grönsaker

### Ugnsbakade grönsaker

Röd paprika 1 st  
Zucchini 1 st  
● Olja 1 msk  
Persillade 1 påse

### Bulgur

Bulgur 125 g  
● Smör\* ½ msk

### Salsicciapanna

Salsicciafärs 250 g  
Passerade tomater ⅓ förp  
Oxbuljong ½-1 förp  
Babyspenat 50 g  
● Olja 1 msk

**Att ha hemma** ●  
Olja, Salt, Smör\*, Svartpeppar

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig).
2. **Ugnsbakade grönsaker:** Skär röd paprika och zucchini i tärningar. Lägg grönsakerna på en ugnsplåt med bakplåtspapper och blanda med lite olja, salt och nymald svartpeppar. Rosta i mitten av ugnen ca 15 min. Blanda ner persillade.
3. **Bulgur:** Tillaga bulguren enligt anvisning på förpackningen. Vänd ner ½ msk smör i den färdigkokta bulguren.
4. **Salsicciapanna:** Hetta upp lite olja i en rymlig stekpanna och stek salsicciafärs ca 4 min, tills den är genomstekt och fått fin färg. Tillsätt passerade tomater och oxbuljong. Sjud till servering.
5. Vänd ner babyspenat i salsicciapannan och smaka av med salt och nymald svartpeppar. Servera med bulgur och ugnsbakade grönsaker.