



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Bulgurbowl med kyllingkjøttdeig, srirachamajones og syltet fennikel

Bulgur

125 g bulgur

Syltet fennikel

½ stk fennikel

1 pose hvitvinseddik 30ml

2 ss vann ^B

2 ss sukker ^B

Grønnsaker

1 stk gulrot

1 stk rødløk

½ stk lime

Kyllingkjøttdeig

300 g kyllingkjøttdeig

½ pose kinesisk soyasaus

Srirachamajones

½ pakke lettmaiones

½ pakke srirachasaus

salt ^B

pepper ^B

olje ^B

^B Basisvare

1. Les gjennom oppskriften, finn frem og skyll de ingrediensene som trenger det.

2. **Bulgur:** Tilbered bulguren som anvist på pakken.

3. **Syltet fennikel:** Skjær fennikelen i små terninger. Ha eddiken, litt salt, vannet og sukkeret i en kjele. Kok opp, tilsett fennikelen og rør rundt. Sett til side og la det trekke frem til servering.

4. **Grønnsaker:** Skrell gulrøttene og løken. Kutt gulrøttene i staver og løken i båter. Varm opp en stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Stek grønnsakene i 2-3 minutter under omrøring. Finriv skallet (kun det grønne) fra limen på et rivjern. Smak til grønnsakene med salt, pepper og ønsket mengde av limeskallet. Ha grønnsakene over på en tallerken, og spar på pannen. Kutt resten av limen i båter.

5. **Kyllingkjøttdeig:** Varm opp stekepannen fra forrige punkt til høy varme, og ha i litt ny olje. Stek kjøttdeigen i omtrent 1 minutt på hver side, slik at den får en stekeskorpe. Del kjøttdeigen i mindre biter, og stek den videre til den er gjennomstekt. Tilsett soyasausen og gi det et raskt oppkok.

6. **Srirachamajones:** Bland majonesen og srirachaen sammen i en liten skål.

7. **Servering:** Fordel bulguren i dype skåler og legg kyllingen, syltet fennikel og grønnsakene i seksjoner over. Topp med srirachamajonesen og server med limebåter til.