



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Krydrede grønnsakskjøttboller med gresk salat og bulgur, servert med tzatziki

Bulgur

125 g bulgur
1 pakke hønsebuljong
½ ss smør* ^B

Tzatziki

½ stk agurk
150 g yoghurt naturell
1 pakke persillade

Krydrede kjøttboller

340 g kjøttboller med grønnsaker
½ pakke kryddermiks med fennikel og pepper
½ dl vann ^B

Gresk salat

1 stk tomat
½ stk agurk
100 g fetaost
½ stk rødløk

salt ^B

pepper ^B

olje ^B

olivenolje ^B

eplesider-, rødvins- eller

hvitvinseddik ^B

^B Basisvare

- 1. Bulgur:** Tilbered bulguren som anvist på pakken, men ha hønsebuljongen i kokevannet.
- 2. Tzatziki:** Skyll og grovriv den halve agurken på et rivjern, og klem ut vannet med hendene. Bland sammen agurken, yoghurten og persilladen i en skål. Smak til med salt og pepper.
- 3. Krydrede kjøttboller:** Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek kjøttbollene i 5–6 minutter, til de er gylne og gjennomvarme. Vend inn kryddermiksen og ½ dl vann. La det hele småkoke i 2–3 minutter, til vannet er borte og krydderet sitter godt rundt kjøttbollene.
- 4. Gresk salat:** Skyll og kutt tomaten, resten av agurken og hele fetaosten i terninger. Skrell og kutt rødløken i tynne skiver. Bland sammen grønnsakene i en serveringsskål, og vend inn litt olivenolje, eddik, salt og pepper.
- 5. Bulgur, fortsettelse:** Rør ½ ss smør inn i den ferdigkokte bulguren.