



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

## Örtiga fläskfärsbiffar med bulgur och rostade tomater

### Rostade tomater

Cocktailtomater 250 g  
Flytande honung ½ förp  
● Salt 1 krm

### Citronbulgur

Bulgur 125 g  
Kycklingbuljong ½ förp  
Citron ½ st

### Örtiga fläskfärsbullar

Vitlök 1 klyfta  
Ströbröd ½ förp  
● Mjök 2 msk  
Torkad oregano ½ msk  
● Salt 2 krm  
Fläskfärs 250 g

### Till servering

Ruccola 30 g  
Gräddfil 75 g

### Att ha hemma ●

Mjök, Olivolja, Salt, Svartpeppar

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig).
2. **Rostade tomater:** Lägg cocktailtomater i en ugnform. Blanda med lite olivolja, flytande honung och salt. Tillaga högt upp i ugnen ca 15 min.
3. **Citronbulgur:** Koka bulgur enligt anvisning på förpackningen, men byt ut salt mot kycklingbuljong. Tvätta citronen i ljummet vatten och finriv skalet. Strö citronskal över bulgurn precis innan servering.
4. **Örtiga fläskfärsbiffar:** Blanda pressad vitlök, ströbröd, mjök, torkad oregano, salt, lite nymald svartpeppar och fläskfärs i en bunke. Forma till 4 biffar. Hetta upp lite olivolja i en stekpanna. Stek biffarna ca 4 min per sida, tills de är helt genomstekta.
5. Klyfta den använda citronen. Servera örtiga fläskfärsbiffar med citronbulgur, rostade grönsaker, citronklyfta, ruccola och gräddfil.