



Billedet kan afvige noget fra opskriften.

Grillede sautéskeer med avocadosalsa og bulgur

Det skal du bruge

2 spsk sojasauce
½ spsk honning
½ pose sød chilisauc
300 g sautéskeer af svinefilet
125 g bulgur
1 fed hvidløg
½ stk løg
2 stk tomater
1 stk gul peber
¼ pose srirachasauc
½ stk avocado
1 spsk citronsaft

Det skal du selv have

salt ^b
peber ^b

^b basisvare

1. Tænd grillen, hvis du ønsker at tilberede retten på grill.
2. **Marinade:** Bland soja, honning og sød chilisauc. Krydr kødet med salt og peber, læg det i marinaden og lad det marinere mindst 20 min. i køleskab. Vend kødet af og til.
3. **Bulgur:** Kog bulgur i 3 dl vand med lidt salt i 12 min. under låg. Sluk og lad trække til resten af retten er færdig. Hæld evt. overskydende vand fra.
4. **Salsa:** Pil og hak hvidløg og løg fint. Skyl peberfrugt og tomater og skær i fine tern. Bland det hele sammen med sriracha (undlad eller reducer mængden, hvis du ikke vil have det så stærkt). Del avocado, tag kødet ud med en ske og skær i mindre stykker. Tilføj citronsaft og mos det let med en gaffel. Bland avocado med resten af salsaen og smag til med salt og peber. Sæt i køleskab mindst 10 min.
5. **Grillede sautéskeer:** Tag kødet op af marinaden. Kog resten af marinaden op i en lille gryde. Grill eller steg kødet ca. 1 min. på hver side, pensel dem med marinaden. Servér straks med salsa og bulgur.