



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Panert halloumi og bulgur med rødkål og eple, servert med sitrondressing

Bulgur med rødkål og eple

125 g bulgur
½–1 stk rødt eple
60 g rucola
100 g finsnittet rødkål

Sitrondressing

1 stk sitron
1 pakke honning
🏠 1 ss olivenolje
🏠 1 ss vann
🏠 ½ ts salt

Panert halloumi

200 g halloumi
½–1 pakke panering
🏠 1 ss hvetemel*
🏠 1 stk egg

🏠 olje
🏠 smør*

- 1 Bulgur med rødkål og eple:** Tilbered bulguren som anvist på pakken.
- 2 Sitrondressing:** Skyll sitronen, og finriv skallet (kun det gule) på et rivjern. Skvis saften fra sitronen i en skål og rør inn sitronskallet, honningen, 1 ss olivenolje, 1 ss vann og litt salt.
- 3 Rødkålsbulgur, fortsettelse:** Skyll eplet og rucolaen. Kutt eplet i små terninger. Ha rødkålen i en salatbolle sammen med halvparten av sitrondressing, og kna dressing inn i kålen så den mykner. Vend inn eplet, rucolaen og den ferdigkokte bulguren.
- 4 Panert halloumi:** Kutt halloumien i skiver. Ha egget i en liten skål, og visp det sammen med en gaffel. Ha 1 ss mel på en tallerken, og paneringen på en annen. Vend halloumiskivene først i melet, deretter i egget, og til slutt i paneringen. Varm opp en stekepanne til middels varme, og ha i litt smør og olje. Stek halloumien i 2–3 minutter på hver side, til det er gyllent og sprøtt.
- 5** Topp rødkålsbulguren med den panerte halloumien, og server resten av sitrondressing ved siden av.