



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Kryddstekt lax med shirazisallad, myntayoghurt och bulgur

Till servering

Bulgur 125 g

Shirazisallad

Gurka 1 st

Rödlök ½ st

Tomat 1 st

● Salt 1 krm

Vitvinsvinäger 15ml ⅓ påse

Mynta 10 g

Myntayoghurt

Mynta 10 g

Vitlök ½ klyfta

Matyoghurt 1 dl

● Salt ½ krm

Kryddstekt lax

Laxfilé 2 st

Paprikapulver 1 förp

Spiskummin 1 förp

● Salt ½ tsk

● Socker 1 krm

Att ha hemma ●

Olivolja, Salt, Socker, Svartpeppar

1. Koka bulgur enligt anvisning på förpackningen.

2. **Shirazisallad:** Skala och skär gurka i små tärningar. Finhacka rödlök och tärna tomat. Lägg allt i en skål och blanda med salt, nymald svartpeppar, olivolja och vitvinsvinäger. Finstrimla mynta och blanda ner i salladen vid servering.

3. **Myntayoghurt:** Finstrimla mynta och finriv vitlök. Lägg i en liten skål och blanda med matyoghurt och salt.

4. **Kryddstekt lax:** Blanda paprikapulver, spiskummin, salt och socker på en tallrik. Skär laxen i kuber, ca 3x3 cm. Vänd laxbitarna i kryddblandningen. Hetta upp lite olivolja i en stekpanna och stek laxen runt om, ca 3 min.

5. Servera kryddstekt lax med bulgur, myntayoghurt och shirazisallad.