



Billedet kan afvige noget fra opskriften.

Laks med lynstegte grøntsager, bulgur og lime-dild sauce

Bulgur

125 g bulgur

Limebagt laks

2 stk laksefiletter u. skind (har været frosset)

½ stk lime

Lime-dild sauce

1 dl creme fraiche 18%

½-1 pk dild, frisk

½ stk lime

Lynstegte grøntsager

1 stilk bladselleri

1 stk rødløg

1 stk gul peber

Det skal du selv have

salt ^b

peber ^b

olie ^b

^b basisvare

1. Tænd ovnen og varm op til 210°C (Varmluft).
2. **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.
3. **Limebagt laks:** Læg laksestykkerne på en bageplade med bagepapir og krydr med salt og peber. Riv skal af ½ lime, pres saften og sæt til side. Skær den anden halve lime i tynde skiver og læg dem taglagt på laksestykkerne. Bag laksen i ovnen i 15 min.
4. **Lime-dild sauce:** Rør creme fraiche med fintklippet dild og revet limeskal og smag til med lidt salt og peber.
5. **Lynstegte grøntsager:** Skær bladselleri i skiver på skrå. Pil løg og skær i tynde både. Fjern kerner og skær peberfrugt i strimler. Varm olie i en wok eller på en pande og svits grøntsagerne 4 min. under omrøring. Tilsæt limesaft og smag til med salt og peber. **TIP:** Bland grøntsagerne med bulgur inden servering.
6. Servér limebagt laks med bulgur, lynstegte grøntsager og lime-dild sauce.



TIPS!

Opbevar fisk ved 2°C. For den bedste smagsoplevelse anbefaler vi, at retten spises som en af de første.