



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

🕒 35 - 45 min 👤 2 porsjoner

Hjemmelagde kebaber med bakt gresskarkrem og bulgur, servert med sitron- og persilleyoghurt

Gresskarkrem

½ stk flaskegresskar
1 stk rødlok
🏠 1 ss smør*

Bulgur

125 g bulgur
½ stk sitron
30 g rucola

Kebab

275 g kjøttdeig av svin
½ bunt bladpersille
1 stk hvitløksfedd
½-1 pakke chiliflak
🏠 3 ss melk*
🏠 ½ ts salt

Sitron- og persilleyoghurt

½ stk sitron
½ bunt bladpersille
1 pakke yoghurt naturell

🏠 olje
🏠 salt
🏠 pepper
🏠 bakepapir (kan sløyfes)

- 1 Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft.
- 2 **Gresskarkrem:** Skrell og kutt gresskaret i store terninger. Skrell og kutt løken i båter. Fordel gresskaret utover den ene siden av et stekebrett med bakepapir, og fordel løken utover den andre siden. Ha over litt olje, salt og pepper, og stek grønnsakene i ovnen i 20–25 minutter.
- 3 **Bulgur:** Tilbered bulguren som anvist på pakken.
- 4 **Kebab:** Skyll og finhakk persillen. Skrell og finhakk hvitløken. Ha kjøttdeigen i en bolle og bland inn halvparten av persillen, hvitløken, chiliflakene, ½ ts salt og 3 ss melk. Form deigen til korte, tykke pølser.
- 5 **Kebab, fortsettelse:** Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek kebabene i omtrent 8 minutter, eller til de er gjennomstekte. Snu dem underveis.
- 6 **Bulgur, fortsettelse:** Skyll og finriv skallet (kun det gule) av sitronen på et rivjern. Skyll rucolaen. Ha den ferdigkokte bulguren i en serveringsskål, og bland inn halvparten av sitronskallet, saften fra halve sitronen, rucolaen og litt pepper.
- 7 **Gresskarkrem, fortsettelse:** Ha de ferdigstekte gresskarbitene og 1 ss smør i et litermål. Bruk en stavmikser eller blender og kjør dem til en glatt krem. Smak til med salt og pepper, og ha det over i en serveringsskål. Bland rødloken med bulguren.
- 8 **Sitron- og persilleyoghurt:** Ha yoghurten i en serveringsskål, og rør inn resten av persillen og sitronskallet. Smak til med litt saft fra resten av sitronen, salt og pepper.

Tips fra kokken: Om du ikke har melk, kan den erstattes med lik mengde vann. Om gresskarkremen blir for tykk, kan du tilsette litt av yoghurten eller litt vann.

* Du kan bytte ut ingrediensen mot et allergivenlig alternativ