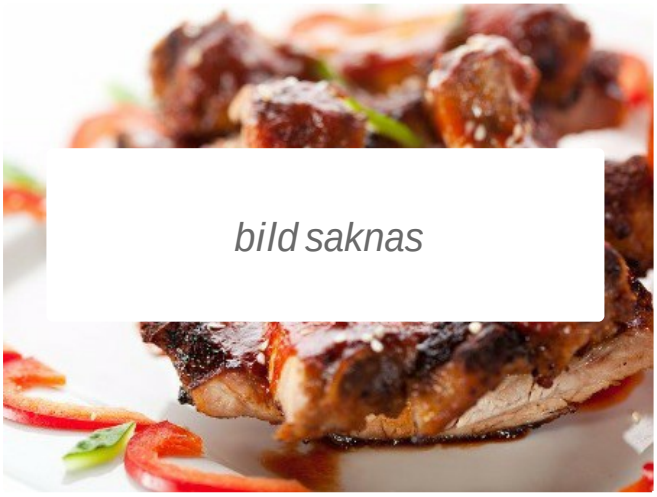


inköpslistan.se

Av: Carolina Bordner

- 4 port
- Fläskkött, Huvudrätt, Budget

KOTLETTER MED BULGUR OCH YOGHURT.

Ingredienser

3 dl bulgur
3 msk rapsolja
4 st fläskkotlett
1 tsk salt
1 krm svartpeppar
2 dl matyoghurt *(laktosfri)*
4 st sallad

Gör så här

Koka bulgur enligt förpackningen.

Stek kotletternai olja i en stekpanna, krydda med salt och peppar.

Servera allt med yoghurt och sallad.