

- ▮ 4 port
- ▮ Fläskkött, Huvudrätt, Budget

bild saknas

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 kotletterna i olja i en stekpanna, krydda med salt och peppar.

Servera allt med yoghurt och sallad.