

inköpslistan.se

Av: Eva Gullstrand

1 port

Fisk, Huvudrätt, Fest

LAX MED SPENAT, LIME & BULGUR V.V. 6P

Ingredienser

125 g lax *(1 filé 4p)*
1 klyfta vitlök *(0p)*
100 g bladspenat *(0p)*
bulgur *(½ dl 2p)*
lime *(1 klyfta 0p)*
1 krm cayennepeppar *(efter smak)*

Gör så här

Koka bulgur enligt anv. gärna med någon buljongtärning. fördela (tinad och urkramad om fryst)spenat och tinad lax på ett ark aluminiumfolie. Salta och strö över cayennepeppar och pressad vitlök på laxen. Packa in och förslut så tätt som möjligt. Koka upp vatten i en vid katrull/panna och lägg i foliepaketet. Lägg på locket och låt det sakta sjuda i 10 min. Servera med bulgur och pressa lime över.

6 p.