

inköpslistan.se

Av: Anna

2 port

Övrigt, Huvudrätt, Lättlagat, Vegetariska

VARM BULGURSALLAD

Ingredienser

1 dl bulgur
2 dl vatten
1 st lök, gul *(finhackad)*
2 msk olivolja
150 g quornbitar
70 g babyspenat
50 g fetaost
1 dl matyoghurt
1 klyfta vitlök *(pressad)*

Gör så här

Koka bulgur enligt anvisning på paketet.

Fräs löken i oljan, lägg i quorn och stek några minuter.

Lägg i spenat och fetaost i bitar. Stek tills osten börjar smälta, salta och peppra. Blanda med bulgur.

Servera med yoghurt, blandad med vitlök.