

Bulgursalat med bagte peberfrugter

Opskrift til 4 personer

Denne her bulgursalat blev helt fantastisk. Den er nemlig fedtet, fyldig, frisk og sprød på en gang. Den indeholder en masse smag og forskellige teksturer

Forberedelsestid

10 min

Tilberedelsestid

10-15 min

Samlet tid

20 min

Ingredienser

- 1 peberfrugt
- 1,5 dl bulgur
- 70-80 g chorizopølse
- 100 g fennikel
- 2 forårsløg
- 10-15 cherrytomater
- 1 god håndfuld bredbladet persille
- 1 avocado
- 50 g af din favorit ost (jeg brugte denne: curiously crunchy havarti - ages fra Castello)

Dressing

- 1/2 dl olie
- 2 cm frisk rød chili (finthakket)
- 1 tsk. agavesirup
- 1/2 tsk. salt
- 1-2 spsk. citronsaft

Sådan gør du

- Tænd ovnen på 200 grader og skær din peberfrugt i tern. Kom dem på en bageplade og bag i ovnen i 10 minutter
- Sæt en gryde vand over og kom din bulgur her i. Kog det i 10 minutters tid også
- Fjern skindet fra chorizopølsen og skær den i mindre stykker. Steg det sprødt på en pande (det tager ca. 6-7 minutter)
- Rengør fennikel og forårsløg og snit begge to fint
- Skyl tomaterne og halver dem
- Skyl persillen og hak den groft og skær også avocadoen i tern
- Bland din dressing sammen i en lille skål
- Tag nu de bagte peberfrugter ud af ovnen, og bland din salat:

- Kom bulgur i en skål, hæld de bagte peberfrugter over, kom den sprøde chorizopølse over. Kom fennikel, forårsløg, tomater, persille og avocado i skålen
- Hæld dressingen over og smuldr osten over også. Bland det hele sammen og server