



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

🕒 15-20 min 👤 1 porsjoner

SIN_VS_005

Tomatisert gryte med urtemarinert svinekjøtt, spinat og bulgur

Bulgur

½ pakke bulgur

Gryte

1 stk sjalottløk
1 stk rød paprika
50 g spinat
200 g urtemarinert svinekjøtt
1 pakke pizzasaus

olje ^B

salt ^B

pepper ^B

^B Basisvare

- 1. Bulgur:** Tilbered halvparten av bulguren som anvist på pakken.
- 2. Gryte:** Skrell sjalottløken. Skyll og rens paprikaen. Kutt begge deler i strimler. Skyll og tørk spinaten.
- 3. Gryte, fortsettelse:** Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek kjøttet i 1-2 minutter, uten å røre. Tilsett sjalottløken og paprikaen, og stek videre i omtrent 4 minutter, under omrøring. Tilsett pizzasausen, og gi gryten et raskt oppkok. Smak til med salt og pepper. Vend inn spinaten rett før servering.
- 4. God middag!**



TIPS!

Kok all bulguren, og bruk restene av retten som en rask lunsj dagen etter.