



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Bulgursalat med flaskegresskar, ovnsbakt camembert og ruccolasalat med tranebær og balsamicovinaigrette

Ovnsbakte grønnsaker

½–1 stk flaskegresskar
1 stk rødbete
½ stk rødløk
1 bunt reddiker
1 bunt salvie

Bulgur

125 g bulgur

Ovnsbakt camembert

½–1 pakke camembert
40 g cashewnøtter

Salat

50 g ruccola
1 pakke tranebær
1 ss balsamicoeddik ^B
1 ss olivenolje ^B

bakepapir (kan sløyfes) ^B
olje ^B
salt ^B
pepper ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 230 grader varmluft.
2. **Ovnsbakte grønnsaker:** Skyll gresskaret i kaldt vann, kutt det i to på langs, og skrap ut frøene med en skje. Kutt gresskaret i skiver på omtrent ½ cm. Skrell rødbeten, kutt den i to og deretter i skiver. Skrell og kutt rødløken i båter. Kutt reddikene i to. Fordel rødløken, reddikene, gresskaret og rødbeten utover et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salviebladene, salt og pepper. Stek grønnsakene i ovnen i 15–20 minutter.
3. **Bulgur:** Tilbered bulguren som anvist på pakken.
4. **Ovnsbakt camembert:** Del brien i fire. Ha osten over i en ildfast form med bakepapir. Strø over cashewnøttene, og stek osten i ovnen i omtrent 10 minutter.
5. **Bulgursalat:** Ha bulguren og de ovnsbakte grønnsakene over i en salatbolle, og vend inn ruccolaeen og tranebærene. Topp salaten med cashewnøttene, 1 ss olivenolje og 1 ss balsamicoeddik før servering, og server camembert til retten.

TIPS!

Spar gjerne på gresskarfrøene! Skyll og tørk dem, vend dem i litt olje, og stek dem i ovnen på 180 grader i 15–20 minutter.