



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Vårlig bulgursalat med nektarin, panert middagsost og hvitløksdressing

## Panert middagsost

2 stk egg  
1 pakke panering  
1 pakke middagsost  
1 dl hvetemel <sup>B</sup>

## Bulgur

125 g bulgur  
1 ss smør <sup>B</sup>

## Salat

1 stk hjertesalat  
½ stk agurk  
1 stk nektarin  
½ ss eplesider-, hvitvins- eller blank eddik <sup>B</sup>  
1 ss olivenolje <sup>B</sup>

## Servering

½-1 pakke hvitløksdressing

salt <sup>B</sup>  
pepper <sup>B</sup>  
olje <sup>B</sup>

<sup>B</sup> Basisvare

- 1. Panert middagsost:** Ha 1 dl hvetemel, litt salt og pepper på en tallerken. Knekk eggene i en vid skål, og visp dem sammen med en gaffel. Ha paneringen i en egen skål. Vend osten først i hvetemelet, deretter i eggeblandingen og til slutt i paneringen. Ha de panerte osteskivene over på et fat.
- 2. Bulgur:** Tilbered bulguren som anvist på pakken. Vend inn 1 ss smør i den ferdigkokte bulguren.
- 3. Salat:** Kutt vekk enden på salaten, og skyll den, agurken og nektarinen i kaldt vann. Kutt salaten i strimler, agurken i terninger og nektarinen i båter. Ha det hele i en serveringsskål og smak til med litt salt, 1 ss olivenolje og ½ ss eddik.
- 4. Panert middagsost, fortsettelse:** Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek de panerte osteskivene i omtrent 2 minutter på hver side, til de er gylne og sprø. Ha osteskivene over på litt kjøkkenpapir, og krydre dem med litt salt og pepper. Kutt middagsosten i mindre skiver før servering.
- 5. Servering:** Vend gjerne bulguren inn med salaten og topp med den panerte middagsosten. Server hvitløksdressing til retten. God middag!

## TIPS!

Middagsosten kan stekes uten panering hvis du heller vil det, eller serveres kald. Stek da paneringen i en stekepanne med litt olje i et par minutter, og topp salaten med den.