



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Orientalisk lax med zhoug, krämig sesamdressad gurksallad och bulgur

Till servering

Bulgur 125 g

Zhoug

Vitlök 1 klyfta
Grön chili ½ st
Koriander 20 g
Spiskummin ½ tsk
● Salt 1 krm
● Vatten 1 msk
● Olja 1 msk
Citron ½ st

Sesamdressad gurksallad

Matyoghurt 1 dl
Sesamolja 1 påse
● Salt 2 krm
Citron ½ st
Snackgurka 1 st
Tomat 2 st
Rödlök 1 st
Bladpersilja 20 g

Lax

Laxfilé 2 st
Spiskummin ½ tsk
● Salt ½ tsk

Att ha hemma ●

Olja, Salt, Vatten

1. Koka bulgur enligt anvisning på förpackningen.
2. **Zhoug:** Finhacka vitlök och grön chili (plocka bort frön och fröfäste för en mildare dressing). Lägg i en mixerbunke tillsammans med koriander, spiskummin, salt, vatten och olja. Tvätta citron i ljummet vatten och finriv det yttersta skalet. Blanda ner i mixerbunken tillsammans med pressad saft från halva citronen (ca 2 tsk). Mixa till en sås med stavmixer.
3. **Sesamdressad gurksallad:** Blanda ihop matyoghurt, sesamolja, salt och pressad saft från resten av den använda citronen i en rymlig salladsskål. Skär snackgurka och tomat i mindre bitar. Finstrimla rödlök och grovhacka bladpersilja. Blanda ner allt i dressingen.
4. **Lax:** Krydda laxfilé med spiskummin och salt. Hetta upp olja i en stekpanna och stek fisken ca 2 min per sida.
5. Servera laxfilé med sesamdressad gurksallad, zhoug och bulgur.

TIPS! Färsch chili kan variera i hetta. Smaka gärna lite på chilin innan ni använder den i receptet, för att få till önskad styrka!