



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Marokkansk bowl med bakte grønnsaker, bulgur, krydret yoghurt og tomatsalat med fetaost

Bakte grønnsaker

1 pakke kikerter
1 stk squash
1 stk rød paprika
1 pakke oregano

Bulgur

125 g bulgur

Tomatsalat

250 g cherrytomater
50–100 g fetaost

Tilbehør

½–1 pakke yoghurt
naturell
1 pakke persillade
1 pakke kalamataoliven

🏠 salt
🏠 pepper
🏠 olivenolje
🏠 bakepapir (kan sløyfes)

- 1 Varm opp stekeovnen til 230 grader varmluft.
- 2 **Bakte grønnsaker:** Sil laken av kikertene, og skyll dem i kaldt vann. Skyll squashen og paprikaen. Kutt squashen i to, og så i skiver på langs. Rens og kutt paprikaen i strimler. Fordel kikertene, squashen og paprikaen utover et stekebrett med bakepapir, og vend inn oreganokrydderet, litt olivenolje, salt og pepper. Stek grønnsakene i ovnen i 10–15 minutter.
- 3 **Bulgur:** Tilbered bulguren som anvist på pakken.
- 4 **Tomatsalat:** Skyll og kutt cherrytomatene i to. Smuldre fetaosten i en skål, og bland inn cherrytomatene. Krydre med salt og pepper.
- 5 **Marokkansk bowl:** Ha yoghurten i en skål, og smak til med persilladen. Fordel bulguren i skåler og legg de bakte grønnsakene, tomatsalaten, krydderyoghurten og olivenene oppå. Topp gjerne bowlen med litt olivenolje ved servering.

Tips fra kokken: Vend gjerne inn litt olivenolje eller smør i den ferdigkokte bulguren.