



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

# Tomatbräserad fläskkotlett med ruccola och persilladesmör

## Till servering

Bulgur 125 g  
Ruccola 65 g

## Tomatbräserad fläskkotlett

Gul lök 1 st  
Fläskkotlett 300 g  
Kons. körsbärstomater 1 förp  
🏠 Salt 2 krm  
🏠 Svartpeppar  
🏠 Vatten ½ dl  
🏠 Kycklingbuljong ½ tärning  
🏠 Olivolja

## Persilladesmör

Persillade ½ påse  
🏠 Smör,  
rumstempererat 25 g

1. Koka bulgur enligt anvisning på förpackningen.
2. **Förberedelse:** Klyfta gul lök. Skär fläskkotlett i portionsbitar och krydda köttet med salt och lite nymald svartpeppar.
3. **Tomatbräserad fläskkotlett:** Hetta upp olivolja i en rymlig stekpanna eller traktörpanna. Stek fläskkotletter ca 2 min per sida. Tillsätt lök, konserverade körsbärstomater, vatten och smulad kycklingbuljong. Låt sjuda på medelvärme ca 7 min, tills köttet är helt genomstekt (innertemp 72°C). Om såsen blir för tjock så späd med lite extra vatten. Smaka av med salt och nymald svartpeppar.
4. **Persilladesmör:** Mosa ihop rumstempererat smör och persillade på ett fat.
5. Servera tomatbräserade fläskkotletter med bulgur, persilladesmör och ruccola.

**TIPS!** Om du vill, dressa ruccolasalladen med lite olivolja, flingsalt och svartpeppar.