



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Halloumi- och zucchinigryta med vildris och grönsallad

Halloumigryta

Halloumi 200 g
Zucchini ½ st
Bananschalottenlök 1 st
Vitlök 1 klyfta
Krossade tomater 1 förp
Torkad oregano ½ msk
Mild senap 2 tsk
🏠 Olivolja
🏠 Vatten 1 dl
🏠 Grönsaksbuljong ½ tärning
🏠 Socker 1 krm
🏠 Salt
🏠 Svartpeppar

Grönsallad

Tomat 1 st
Mixsallad 30 g

Till servering

Vildris 125 g

1. Förberedelser: Tärna halloumi och zucchini. Grovhacka bananschalottenlök.

2. Koka vildris enligt anvisning på förpackningen.

3. Halloumigryta: Hetta upp lite olivolja i en stekgryta och stek halloumi runt om tills den fått fin färg. Lägg upp på en tallrik och ställ åt sidan. Fräs zucchini, lök och pressad vitlök i den använda stekgrytan ca 2 min.

4. Tillsätt krossade tomater, vatten, smulad grönsaksbuljong, torkad oregano, senap och socker. Låt sjuda utan lock i ca 8 min. Lägg ner halloumin och smaka av med lite salt och nymald svartpeppar.

5. Grönsallad: Klyfta tomater. Lägg tomater och mixsallad i en skål (se tips!).

6. Servera halloumi-och zucchinigryta med nykokt vildris och grönsallad.

TIPS! Har du tid - dressa salladen med lite olivolja, vitvinsvinäger, flingsalt och nymald svartpeppar.