



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Örtiga fläskfärsbiffar med bulgur och rostade tomater

Rostade tomater

Cocktailtomater 250 g
Flytande honung 1 förp

- 🏠 Olivolja
- 🏠 Vitvinsvinäger 1 tsk
- 🏠 Salt 1 krm

Citronbulgur

Bulgur 125 g
Kycklingbuljong ½ påse
Citron ½ st

Örtiga fläskfärsbullar

Vitlök 1 klyfta
Ströbröd ½ förp
Torkad oregano ½ msk
Fläskfärs 250 g

- 🏠 Mjök 2 msk
- 🏠 Salt 2 krm
- 🏠 Svartpeppar
- 🏠 Olivolja

Till servering

Ruccola 30 g
Matyoghurt 1 dl

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig).
2. **Rostade tomater:** Lägg cocktailtomater i en ugnform. Blanda med lite olivolja, vitvinsvinäger, honung och salt. Tillaga högt upp i ugnen ca 15 min.
3. **Citronbulgur:** Koka bulgur enligt anvisning på förpackningen, men byt ut salt mot kycklingbuljong. Tvätta citronen i ljummet vatten och finriv skalet. Strö citronskalet över bulgurn precis innan servering.
4. **Örtiga fläskfärsbiffar:** Blanda pressad vitlök, ströbröd, mjök, torkad oregano, salt, nymald svartpeppar och fläskfärs i en bunke. Forma till 4 biffar. Hetta upp lite olivolja i en stekpanna. Stek biffarna ca 4 min per sida, tills de är helt genomstekta.
5. Klyfta den använda citronen. Servera örtiga fläskfärsbiffar med citronbulgur, ugnsrastade tomater, ruccola, citronklyfta och matyoghurt.