

BOWL

Tin bulgur, mango, soyabønner og granateplekjernene i kjøleskap natten over.

Ha gulrot i ildfast form, bland inn timian, olje, salt og pepper. Bakes på 180°C i ca. 20 minutter. Avkjøl.

Lag fetakrem ved å bake paprika på 180°C i ca. 20 minutter. Kjør feta, creme fraiche, paprika og sitronsaft med en stavmikser. Smak til med salt og pepper.

Anrett punktvis i en bolle og server med fetakrem ved siden av.

INGREDIENSER

1,5 kg Norrek gulrot kvarter EPD: 1930270

1,5 kg Norrek bulgur, kokt EPD: 6380893

700 g Norrek grønne soyabønner EPD: 2317147

700 g Norrek mangoterninger, små EPD:
6512743

500 g Norrek granateplekjerner EPD: 6513428

700 g agurk

Syltet rødløk

1 dl olje

30 g hakket timian

Salt og pepper

Fetakrem:

200 g Norrek paprika rød, strimlet EPD: 2242824

200 g feta

200 g crème fraiche

2 stk. sitroner, saften av

Salt og pepper