



Köttfärs- och vitkålsfräs med bulgur

Ingredienser 4 personer

3 dl	bulgur
300 g	vitkål
400 g	nötfärs
1 msk	rapsolja
1 tsk	salt
1 dl	vatten
1,5 dl	ajvar relish, stark
2 dl	turkisk yoghurt
20 st	svarta oliver, med kärnor
8-12 st	fefferoni

Tillagning

Köttfärsfräset är också gott att servera i pita- eller tortillabröd.

1. Tillaga bulgurn enligt förpackningens anvisning.
2. Finstrimla vitkålen, gärna i matberedare. Stek kål och färs i oljan i en gryta. Krydda med salt. Häll över vattnet och rör i ajvar relish. Låt puttra utan lock ca 10 min.
3. Servera fräset med bulgur, yoghurt, oliver och fefferoni