



Marineret kalkunbryst m/ ovnbagte grøntsager

Ingredienser (4 pers.)

1 kalkunbryst (ca. 1 kg) - 1 bdt mynte - 1 bdt koriander - 1 spsk. Spidskommen - saft af 1 citron - 1 fed hvidløg
- ½ dl olivenolie - 1 fennikel - 3 kviste timian - salt & friskkværnet peber - olivenolie - 2 grønne squash
- 2 sweet potatoes - 250 g - grov bulgur - 1 bdt bredbladet persille - Bulgur

Fremgangsmåde:

Marinaden: pluk bladene af mynten & korianderen og blend dem sammen med spidskommen, citronsaft, hvidløg og ½ dl olivenolie.

- læg herefter kalkunbrystet i en lille bradepande, hæld marinaden udover. Lad kødet marinere i mindst 30 min.

Tænd oven på 200 grader og steg kalkunbrystet i ca. 1 time.

Ovnbagte Grøntsager: Halvér fennikel. Læg den i et ovnfast fad. Hak timian og krydr med halvdelen af timianen (ca. 1 ½ kvist) samt salt og peber. Dryp 2 spsk. olivenolie udover og sæt fadet i ovnen i ca. 20 min.

Skær de 2 grønne squash i stave, og vend dem i hakket timian (det sidste), salt, peber og olivenolie. Fordel squash stavene i fadet med de andre grøntsager og bag i yderligere ca. 15-20 min.

Bulgursalat: Kog bulguren i letsaltet vand i ca. 10-12 min. Hæld vandet fra og skyl bulguren i koldt vand.

Skyl og hak persillen. Vend herefter persille og bulgur sammen.

Smag til med salt, peber og Olivenolie,



Velbekomme