

Kyllingesteaks med salvie og auberginedip

10 personer

Ingredienser

10 kyllingesteak
Citronsaft
Olivenolie
30 friske salvieblade

Auberginedip

2 aubergine
2 fed hvidløg
2 bundt bredbladet persille
3 dl græsk yoghurt
Salt, peber

Tilbehør

Bulgursalat
5 dl. bulgur
6 rødløg
2 agurker
Salt
2 bundt bredbladet persille
2 dl små sorte oliven
200g feta i små tern
Evt. hjertsalatblade

Dressing

4 spsk. olivenolie
4 spsk. citronsaft
Salt og peber

Tilberedning

Dryp kødet med citronsaft og olivenolie og læg salviebladene på.

Prik auberginen med en gaffel og bag den over grillen, evt. i en kuglegrill, til den er mør, ca. 30 min. Vend den jævnligt. Kan også bages i ovnen ved 200°C ca. 30 min.

Halver auberginen, skrab kødet ud og blend eller mos det med knust hvidløg, hakket persille og yoghurt. Smag til med salt og peber. Grill eller steg kyllingesteaksene 3-4 min. på hver side.

Kog bulguren i letsaltet vand som anvist på emballagen og sæt den til afkøling. Skær rødløgene i meget tynde skiver og drys godt med salt. Skræl agurken, skær den i små tern og drys



med salt.

Lad rødløg og agurkestykkerne trække mindst 15 min., skyl i koldt vand og dup tørt. Bland bulgur med salatede rødløg, agurketern, hakket persille, oliven og feta. Pisk olivenolie og citronsaft sammen og bland dressingen i salaten.

Smag til med peber og evt. salt. Salaten kan evt. blandes med hjertsalatblade eller anden sprød salat.

Tips!

Server grillede pitabrød til.