

Image not found or type unknown



## Oppskrift

# Lime- og hvitløksbakt kalkun med tabbouleh, nanbrød og dipp

Image not found or type unknown



Denne kalkunoppskriften passer perfekt hvis dere er 4-6 personer. Beregnet med ca. 500 g kalkun per person.

## 1

### Begynn med å tine kalkunen

Tin kalkunen i minst to døgn i kjøleskapet. Fjern posen med innmat hvis den ligger inne i fuglen.

## 2

### Når kalkunen er tint

Tørk kalkunen med papir inn- og utvendig. Legg kalkunen forsiktig i en langpanne eller på stekebrett.

Bland sammen limesaft, limeskall, smør og revet hvitløk. Fordel smør blandingen under skinnet på kalkunen, ev lag små lommer og fyll de. Stek fuglen i ovnen på 160 °C i 30 min per kilo.

## 3

### Tabbouleh

Kok bulguren etter anvisning på pakken. La den kjøles ned og ha i en stor bolle. Finhakk persille og løk og ha det oppi. Del agurken på langs og ta vekk frøene med en skje. Skjær opp i små terninger. Del tomater på midten. Åpne forsiktig granateplet og ta ut frøene. Tips: gjør det over vasken. Ha alt i bollen sammen med olivenolje, sitronsaft, salt og pepper.

## 4

### Nanbrød

Bland sammen gjæren med vann og sukker, la det stå i ca 10 min. Ha i salt og mel og rør sammen. Deretter har du i smeltet smør og egg.

Kna deigen ca 10 min, eller bruk en kjøkken maskin. La deigen heve i ca 30 min.

Del opp deigen i 5-8 brød og kjevle det ut til tynne brød. Stek i stekepanne litt olje på høy varme ca 3 min på hver side.

## 5

### Dipp med yoghurt agurk og mynte

Rasp agurken grovt ag la den rinne av sig i ett durkslag med litt salt. Bland sammen yoghurt, agurk og finhakket mynte. Smak til med pepper og sitronsaft. Ha over litt olivenolje på toppen.

### Ingredienser

#### Du trenger

Prior hel kalkun 1 stk (beregnet ca 500g per pers)

Smør 100 g

Hvitløksfedd 3 stk (finhakket)

#### Tabbouleh

Bulgur 4 dl

Persille 1 stk

Løk 1 stk

Agurk 1 stk

Cherrytomater 1 boks

Granateple 1 stk

Olivenolje 3 ss

Sitronsaft 3 ss

Salt & Pepper

#### Nanbrød

Tørrgjær 0,5 pk

Vann 3 dl

Sukker 2 ss

Salt 2 ss

Hvetemel 6 dl

Smør 75 g

## **Du trenger**

### **Tabbouleh**

### **Nanbrød**

### **Dipp med yoghurt med agurk og mynte**

Prior egg 1 stk

### **Dipp med yoghurt med agurk og mynte**

Yoghurt naturell 3 dl

Agurk 0,5 stk

Mynte 1 neve

Pepper etter ønske

Sitronsaft etter ønske

Olivenolje etter ønske

## **Allergener**

- Melkeprotein inkl laktose
- Gluten
- Egg
- Peanøtter
- Melk