

Oppskrift

Grillet får ytrefilet med persisk agurksalat og safran-yoghurt



1

Knus spisskummen og korianderfrø i en morter. Mos inn hvitløkfedd og rør inn paprikapulver og olivenolje til en tykk marinade. Gni kjøttet godt med blandingen.

2

Grill kjøttet på høy varme til godt brunet på utsiden. La ettersteke på svak varme til ønsket kjernetemperatur, 58-60 °C.

3

La kjøttet hvile i 10 minutter og del det i skiver. Server det med pitabrød, agurksalat og safran-yoghurt. Dryss over granateplekjerner og frisk mynte.

4

Persisk agurksalat med mynte

Del agurk i små biter, snitt jalapeño i tynne skiver og dele rødløk i tynne båter. Vend med finhakkede urter. Pisk sammen olivenolje, sitronsaft, za'atar, salt og pepper til en dressing og vend inn.

5

Safran-yoghurt

Pisk yoghurt med safran, honning og sitronsaft.

Produkter i denne oppskriften

Får Ytrefilet u/Sene >500g Fr Pk



Ingredienser

Gilde Får Ytrefilet	800 g
Spisskummen, hel	0,5 ts
Korianderfrø	2 ts
Hvitløksfedd	2 stk
Paprikapulver	1 ss
Olivenolje	0,5-1 dl
Til servering	
Pitabrød	4 stk
Granateplekjerner	4 ss
Frisk mynte	
Persisk agurksalat med mynte	
Agurk	1 stk
Jalapeño	1 stk
Rødløk	1 stk

Til servering

Persisk agurksalat med mynte

Safran-yoghurt

Bladpersille, grovhakket	1 dl
Mynte, finstrimlet	1 dl
Olivenolje	1 dl
Sitronsaft	0,5 dl
Za'atar (sumak, spisskummen, sesamfrø, salt og frisk oregano)	1 ts
Salt og pepper	

Safran-yoghurt

Tyrkisk yoghurt	4 dl
Safran, malt	1 klype
Honning	1 ss
Sitronsaft	1 ss