



Recept

Tuffa älgspett

12 spett

1 pressad vitlösklyfta
2 tsk riven gul lök
1 ägg
1 msk paprikapulver
½ msk vetrmjöl
1 krm peppar
Olja till pensling
12 grillspett i bambu

Quinoasallad:

3 dl röd quinoa
2 msk grönsaksfond
1 morot i små tärningar
2 små paprikor i tärningar
1 citron, rivet skal
1 krm salt och peppar

Tzatsiki:

½ riven gurka
1 pressad vitlösklyfta
2 dl turskisk yoghurt
3 krm salt
1 krm peppar
1 msk olivolja

Gör så här:

Spetten: Blanda färsen med alla ingredienser. Forma 12 avlånga rullar av färsen och trä upp dem på grillspetten. Pensla spetten med olja och lägg dem i en ugnsfast form. Låt stå i ugn på 200 grader i 10-15 minuter.

Quinoa: Tillaga quinoa enligt förpackningen tillsammans med moroten. Blanda i paprika och smaksätt med citron, salt och peppar.

Tzatsiki: Riv gurkan grovt och låt den rinna av väl i en sil. Blanda yoghurt, olja, salt, peppar och vitlök. Vänd ner gurkan.