

Oppskrift

Lammelår i skiver med couscous



Lam er en påsketradisjon for mange. Lammelår i skiver med couscous er både sunt og smaker fantastisk! Denne oppskriften tar også lite tid å lage, ettersom lammet tilberedes rask i panne.

1

Tilbered couscous

Tilbered couscous, eller bulgur, som anvist på pakken. Bland løk, agurk, tomat, persille, sitronsaft og olivenolje sammen med couscous. Smak til med salt og pepper.

2

Stek lammeskiver

Stek deretter lammelår i skiver i en varm panne med nøttebrunt smør i ca. 5 minutter på hver side. La kjøttet hvile i noen minutter før servering.

Vel bekomme, fra den norske bonden!

Ingredienser

Du trenger

Lammelår i skiver 500 g

Couscous 2,5 dl

Rødløk 1 stk

Agurk 1 stk

Tomater 2 stk

Persille 1 stk

Sitronsaft

Olivenolje

Salt & Pepper

Allergener

- Gluten
- Soya