

Marinerte svinekoteletter med hummus og gresk salat

Det er minus 15 her jeg bor og all fornuft tilsier at jeg burde spise noe varmt. Men litt sommermat vekker både gode minner, og gir håp om at det er mykje lys (og varme) i enden av tunnelen. Her kommer oppskriftene, og du, tru og håp det skal du få med.



Gresk fest, ingen protest:

Marinade til koteletter:

1 ts tørket oregano

2 ss rødvinseddik

2 fedd hvitløk, knust

2 ss olivenolje

Bland alle ingrediensene i en ren plastpose, ha kotelettene i og la marinere i romtemperatur i 20 minutter. Stek i litt olje i en stekepanne, noen minutter på hver side er nok.

Gresk salat:

7-8 tomater i terninger, avhengig av størrelse

1 agurk, i terninger

rødløk, skåret i tynne skiver/halvmåner /biter – as you like it

en håndfull kalamataoliven

fetaost, i terninger

1 avocado, i terninger

litt sitronsaft

olivenolje

salt og pepper

Bland grønnsaker, oliven og ost i en bolle. Ringle over litt olivenolje, sitronsaft (et par ss?), salt og pepper. Smak deg frem!



Hummus :

En boks hermetiske kikerter, skylt godt og rent av i en sil

1 fedd hvitløk

saft av nesten en halv sitron

2 ss olivenolje eller solsikkeolje om du ikke vil ha for heftig smak. Eller begge.

salt og pepper



Det finnes mange hummusoppskrifter, denne er clean og fresh synes jeg. Kjør alle ingrediensene i foodprosessor eller med stavmikser. Smak deg frem. Hvis du synes hummusen blir litt

tjukk, kan du ha i litt mer olje. Server med hjemmelagde [pitabrød](#) eller noe annet godt.

