

## LAMMESADEL med lammekød med tabbouleh og asparges og radis grøntsager

---

### INDKØBSLISTE

800 g	Lammesadel
800 ml	Lammekraft
100 g	Bulgur
300 g	Asparges . hvid
300 g	Asparges . grøn
1 Ma	Radiser . mindst 5 stykker
1	Løg
1	Hvidløg
2	Tomater
1	Citron
100 g	Svampe
1 Ma	Timian . mindst 4 grene
1 Ma	Rosmarin . mindst 4 grene
1 Ma	Purløg
1 Ma	Persille . glat . mindst 10 stængler
1 Ma	Mynte . mindst 8 stængler
1 lille Kn	Tomatpuré
100 g	vegetabilsk Bouillon . BDH *
1 FI	rød port. Tawny
1 FI	Rødvin
1 lille FI	Ahornsirup
1 lille FI	Skat
50 g	Smør
1 FI	Rapsolie
1 FI	Olivenolie
1 Pk	Majsstivelse
	Salt . fra møllen
	Peber . fra møllen

\* Bestil vores fremragende BENEN-DIKEN-HOF vegetabilsk bouillon i god tid  
<https://benen-diken-hof.de/da/shop/>