

# Pita fylld med grillad halloumi

Total tid **20 Min.** 10 Min. Tid för förberedelse 10 Min. Tillagningstid

Näringsinnehåll (per portion):

**3.263 kJ / 780 kcal**

Fett: **49 g** Protein: **34 g**

Kolhydrater: **55 g**

## INGREDIENSER

**2 Portioner**

**2** pitabröd

**200 g** halloumi

**0,5 msk** timjan

**0,5 msk** oregano

**1 msk** olivolja

**1** avokado

**0,5** grön paprika

**0,5** lång gurka

**20 g** färsk spenat

**Sås:**

**2 msk** grekisk yoghurt

**2 msk** Kikkoman naturligt  
bryggd reducerat  
saltinnehåll sojasås

**2 msk** citronsaft

**1 msk** olivolja

## FÖRBEREDELSE

**Steg 1**

**2 msk** grekisk yoghurt - **2 msk** Kikkoman naturligt  
bryggd reducerat saltinnehåll sojasås - **2 msk**

citronsaft - **1 msk** olivolja - **2** pitabröd

Blanda ingredienserna till såsen och bred ut på  
pitabrödet.

**Steg 2**

**200 g** halloumi - **0,5 msk** timjan - **0,5 msk** oregano  
- **1 msk** olivolja

Skär halloumin i 2 halvor, gnid in med olivolja och  
örter och stek på båda sidor i en stekpanna.

**Steg 3**

**1** avokado - **0,5** grön paprika - **0,5** lång gurka -  
**20 g** färsk spenat

Fyll pitorna med spenat, skivade grönsaker och  
grillad halloumi.