

Grønkålssalat

Egen opskrift 😊

4 personer

Ingredienser
3-4 blade grønkål
1 hjertesalat
1 æble i tern
½ dl. tranebær el. 1 dl. granatæblekerner
Tørristede mandler, solsikkefrø, valnødder eller græskarkerner
Evt. 2-3 stilke bladselleri
Evt. ½ avokado i bidder/strimler
Dressing af
1 del hvidvinseddike
3 dele god olie, fx raps
lidt salt
evt. en knivspids sukker

Fremgangsmåde

Hvis du vil bruge tranebær, lægges de i blød i dressingen, som du rører af olie og eddike og smager til med lidt salt, evt. sukker og en anelse peber.

Grønkål skylles grundigt, og stilkene fjernes. Salaten skylles grundigt, og begge dele skæres i meget fine strimler.

Grønkål og salat anrettes på et stort fad, resten af ingredienserne anrettes ovenpå med kerner/frø/mandler øverst.

Dressingen hældes over med rund hånd.

Tip:

Denne salat kan varieres i det uendelige. Prøv fx:

- At veksle imellem forskellige kerner
- Hvidvinseddike kan skiftes ud med citronsaft
- Hvis du bruger avocado, kan du med fordel dryppe citronsaft over straks efter du har skåret den.
- At erstatte æbletern med friske figer i både.
- At tilsætte ½ tsk. sennep til dressingen.

Velbekomme!

