Kålsalat

SÆSON: Hele året **TIL:** 4 pers. **TID:** 30 min.

DET SKAL DU BRUGE:

Salat

200 g kål f.eks. grønkål, strandkål, rødkål, spidskål eller anden kål

2 stk frugt f.eks. æbler, appelsiner, pærer eller anden frugt.

¼ granatæble

½ rødløg

1 håndfuld nødder f. eks. valnødder eller mandler

1 spsk honning

Dressing

3 spsk olie

½ tsk honning eller sukker

1 spsk balsamico eller anden eddike

Salt og peber

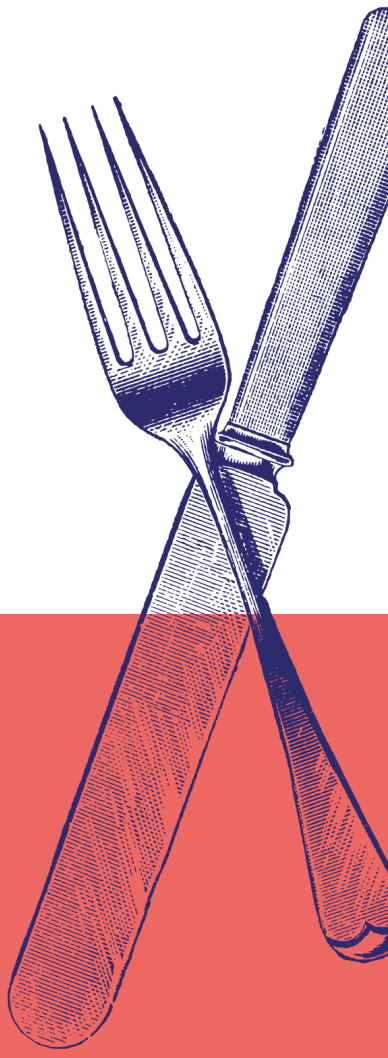
SÅDAN GØR DU:

Salat

1. Vask kålen og snit den fint. Bruger du grønkål kan den ribbes (nip kålbladene af stokken eller skær det af med en kniv) inden du hakker den.
2. Skyl frugten og skær den i små tern eller stave.
3. Snit rødløg fint.
4. Bland kål, frugt og rødløg og anret det på et fladt fad eller skål.
5. Rist nødderne i honning og afkøles.
6. Hak nødderne groft.
7. Granatæblekerne bankes ud.

Dressing

1. Olie, honning, salt og balsamicoeddike hældes over salaten .
2. Pynt salaten med hakkede nødder og granatæblekerner.



TIPS OG TRICKS

- Prøv at blande lidt soyasovs i dressingen.
- Anret salaten flot på et fad så man virkelig kan se de forskellige farver og former.