

INGREDIENSER



2 PORSJONER



25 MIN



LETT

- 1 pakke Hälsans Kök Crispy Mini Filet
- 1 liten avokado
- 8 cherrytomater
- 1/2 rødløk
- 4-6 blader romansalat
- 2 ss mandler (kuttet)
- 2 ss olivenolje
- 1 ss svart sesamfrø
- 2 ss tahini
- 1 ts riseddik
- 1 ss agavesirup
- 1 fedd hvitløk
- 2 ss sitronsaft
- 1/4 ts salt og pepper

Hvis du ser etter en smakfull, sprø og frisk salat, er vår salatoppskrift med Hälsans Kök Crispy Mini Filet helt perfekt for deg, og den er helt plantebasert!

FREMGANGSMÅTE

1. Tilbered grønnsakene

Vask og skjær opp salaten. Legg den på en tallerken som base.

2. Tilbered og skjær opp Crispy Mini Filet

Tilbered Hälsans Kök Crispy Mini Filet i en panne med 2 ss olivenolje til den blir gyllenbrun iht. instruksjonene på pakken. Skjær dem i passe store biter.

3. Tilbered grønnsakstoppingen

Skrell og skjær opp avokadoen. Ha på litt sitronjuice, slik at den ikke blir mørk. Skyll cherrytomatene og skjær dem i to. Skrell løken og skjær i julienne-strimler. Tips: La løken marinere i eddik i 15 minutter for en mildere smak.

4. Lag salatdressing, server og nyt!

For å lage den smakfulle salatdressing trenger du: 2 ss vegansk tahini, 2 ss olivenolje, 1 ts riseddik, 1 ss agavesirup, 1 finhakket hvitløksfedd, 2 ss sitronjuice og ¼ ts salt og pepper. Bland ingrediensene i en bolle og pisk med en gaffel til det emulgerer. Server salaten med saus som dressing.

SJEKK UT FLERE OPPSKRIFTER PÅ HALSANSKOK.NO