

Asiatisk spidskålssalat

Opskrift til 4 personer som tilbehør

Forberedelsestid

25 minutter

Tilberedelsestid

10 minutter

Samlet tid

25 minutter

Ingredienser

Salat

- 2 dl quinoa (målt efter det er kogt)
- 1/2 spidskål
- 1 gulerod
- 1 stængel forårsløg
- 1/2 agurk
- 150 g edamamebønner + 2 spsk. soyasauce + 1-2 spsk. sesamfrø
- evt. friske krydderurter, rød chili og ekstra sesam som pynt

Dressing

- 3 spsk. olivenolie
- 1/2 tsk. salt
- 1 tsk. agavesirup
- 2 cm frisk rød chili
- saft af 1/3 lime
- 1 x 1 cm frisk ingefær

Sådan gør du

1. Start med at koge quinoa.
2. Snit spidskål fint og skræl guleroden, fortsæt med at bruge kartoffelskrælleren til at få tynde strimler gulerod
3. Snit forårsløg og agurk
4. Kom edamamebønner i en skål og hæld kogende vand over. Lad dem stå i 2 minutter og hæld derefter vandet fra.
5. Bland kogt quinoa, spidskål, gulerod, forårsløg og agurk i en skål.
6. Kom edamamebønnerne på en pande med soyasauce og sesamfrø. Lad det stege et par minutter, til bønnerne har fået lidt farve.
7. Bland dressing i en skål og hæld den over salaten.
8. Tilsæt de stegte edamamebønner.
9. Pynt salaten med sesamfrø, friske koriander og fintskåret rød chili.