

Laksesalat

Opskrift til 2 store portioner

Denne laksesalat er super simpel. Jeg topper den med saltmandler, disse tager lige lidt tid at lave. Hvis du har nogle i forvejen eller en anden type nødder eller kerner, tager salaten her kun 10 minutter i alt. Hvis du laver saltmandlerne hertil, hvis jeg anbefale dig at gange portionen op med 4 - så har du til de næste dage.

Forberedelsestid

15 minutter

Tilberedelsestid

30 minutter

Samlet tid

35 minutter

Ingredienser

- 50 g mandler + 2 tsk. salt + vand så de dækkes
- 2 store håndfulde frisk spinat
- 1/2 agurk
- 1 avocado
- 5-6 grønne asparges
- 150 g varmrøget laks
- 1 lille håndfuld feta, hvis du vil
- 1/2 portion dijon dressing (se link i opskriften)

Sådan gør du

1. Start med at lave dine saltmandler, det er dem der tager længst tid. Kom mandlerne i en skål med salt, dæk dem med kogende vand - rør rundt så salt opløses. Lad dem ligge her i 20 minutters tid. Tænd ovens ovnen på 200 grader varmluft.
2. Du kan nu lave din dressing, ved at blande ingredienserne sammen i en skål
3. Dræn mandlerne for væsken og læg dem på en bageplade beklædt med bagepapir. Bag dem i 15 minutters tid mens du klarer resten af salaten.
4. Skyl spinat og kom det i skålene
5. Skær agurk og avocado ud i tern og kom ved sammen med laksen
6. Pil enderne af aspargesen og kasser. Kom asparges i en skål og hæld kogende vand over. Lad dem ligge her 1-2 minutter og tag dem så op igen. Skær dem i mindre stykker og kom over salaten.
7. Smuldr feta over salaten
8. Hæld dressing over og slut med saltmandlerne, som hakkes groft.