

Råkostsalat

Opskrift til 4 personer som tilbehør

Forberedelsestid

20 minutter

Tilberedelsestid

10 minutter

Samlet tid

25 minutter

Ingredienser

- 170 g gulerod
- 170 g rødbede
- salt, peber og lidt limesaft/ citronsaft
- 1/4 rødløg
- kernerne fra 1/4 granatæble
- 2 avocadoer + lidt limesaft og salt
- 1 håndfuld ristede pinjekerner
- 1 lille håndfuld persille

For mere mæthed, tilføj:

- 150 g kogt quinoa
- 100 g linser, evt. forkogt fra dåse

Sådan gør du

1. Riv gulerod og rødbede groft på et rivejern og vend det i en skål med lidt salt, peber og limesaft
2. Kog quinoa og kom det efterfølgende i salaten sammen med linser, hvis du synes
3. Hak rødløg og kom dette + granatæblekerner ved
4. Mos avocado, lime og salt sammen og server til, sammen med lidt ristede pinjekerner og frisk persille