

Rosenkålssalat med kikærter

Opskrift til 4 personer som tilbehør

Samlet tid

30 minutter

Ingredienser

- 150 g rosenkål
- 1 dåse kikærter
- 2-3 gulerødder
- 100 g feta
- lidt olie, salt, peber og timian
- 100 g grønne bønner (haricot verts)
- 10-15 cherrytomater
- 1 håndfuld frisk basilikum
- 3 spsk. syltede rødløg
- 2 spsk. græskarkerner
- 2 spsk. hampefrø

Ingefærdressing

- 2 dl creme fraiche
- salt og peber
- 1 spsk. limesaft
- 20 g frisk ingefær
- 1 fed hvidløg
- 1 tsk. sukker
- et godt nip stødt spidskommen og koriander

Sådan gør du

1. Tænd ovnen på 180 grader varmluft.
2. Skær enderne fra rosenkålen og pil de yderste blade af fra. Halver dem og kom dem på en bageplade beklædt med bagepapir.
3. Dræn dåsen med kikærterne og kom dem på bagepladen.
4. Skær gulerødder i strimler og kom på pladen.
5. Kom feta på pladen.
6. Hæld olie over det hele og drys med salt, peber og timian. Kom pladen i ovnen og bag i 20 minutters tid.
7. Imens det bages, kommes grønne bønner i en skål. Hæld kogende vand over dem og lad dem ligge sådan et par minutter. Kasser så vandet.
8. Skær cherrytomater i halve.
9. Bland dressingen sammen i en skål. Hvidløg og ingefær skrælles og rives ned i skålen.
10. Kom nu alle sagerne fra ovnen i en skål. Kom de grønne bønner, cherrytomater, frisk basilikum og syltede rødløg ved. Top med dressing og kerner.