

Rosenkålssalat med ristede kikærter

Opskrift til 3 personer

Ingredienser

Dressing

- 3 spsk. olie
- 1 spsk. lys sirup
- 1 spsk. hvidvinseddike eller æbleeddike
- 1 tsk. sennep
- 1 spsk. citronsaft
- salt og peber

Karamelliserede nødder

- 100 g valnødder
- 2 spsk. smør
- 2 spsk. lys sirup
- et godt nip flagesalt

Kikærter

- 1 dåse kikærter
- 1/2 dl majsstivelse
- 1 spsk. paprika
- godt med salt og peber
- 3-4 psk. olie til stegning
- 3-4 spsk. sød chilisauc

Desuden

- 200 g rosenkål
- 1 syrligt æble
- 2 avocadoer
- 30 g parmesan ost
- 1/4 granatæble

Sådan gør du

1. Bland dressing sammen i en skål eller et marmeladeglas
2. Lav nødderne ved at smelte smør og sirup på en pande, kom de hele nødder her ned og vend rundt. Lad dem blive lysebrune ved middelvarme, mens du rører let i det. Læg dem til side på et stykke bagepapir, spredt - så de ikke klister sammen.
3. Lav kikærterne ved at dræne dåsen, skyl dem og dup dem tørre i køkkenrulle eller et viskestykke. Kom dem i en skål med majsstivelse, paprika, salt og peber - vend rundt så de er dækket. Varm olie op på panden og steg kikærterne sprøde her i. Kom så sød chilisauc over og sluk for komfuret.
4. Skyl rosenkål grundigt, fjern ender og de yderste blade. Skær i tynde skiver. Skær æble, avocado og parmesan i skiver og pil granatæblekernerne ud.
5. Anret nu din salat med alt ovenstående og server.