

Salat med grillet squash

Opskrift til 4 personer som tilbehør

Samlet tid

25 minutter

Ingredienser

- 1 squash
- 1 pakke grillost + 1 stor spsk. sirup, 1 spsk. smør, lidt flagesalt + lidt chiliflager
- 1 dl grønne linser (målt inden kogning)
- 1 dl perle couscous (målt inden kogning)
- 1 hjertesalat
- en stump parmesan, omkring 20-30 g
- 1 god spsk. pistacienødder (målt uden skal)

Urtedressing

- 3 store spsk. creme fraiche
- 1 stor spsk. mayo
- lidt salt og peber
- 2 spsk. citronsaft
- 1 lille håndfuld af hver: persille, dild og basilikum

Sådan gør du

1. Tænd en grillepande og en almindelig pande.
2. Sæt også to gryder over med vand.
3. På grillpanden kommer du lidt olie + tykke skiver af squash, krydr med salt og peber og grill dem lysebrune
4. På den almindelige pande kommer du skiver af grillost. De skal steges i smør og sirup til de er let gyldne (det går ret stærkt). Drys med salt og chili
5. I den ene gryde skal du koge grønne linser og i den anden perle couscous. Linserne skal skylles godt inden de koges og have et godt kvarters tid. Perle couscous skal koge lidt kortere tid. Skyl dem begge efter kogning.
6. Imens de her ting og sager koger og steger, kan du stavblende din dressing.
7. Skyl salat og dup det tørt
8. Pil skallerne af pistacienødderne og hak dem groft
9. Anret nu salaten med salat i bunden, så linser og couscous. Så squash og grillost. Hæld dressingen over og slut med pistacie og høvlet parmesan.