

Salat med peberfrugtpesto

Opskrift til 2-3 personer

Forberedelsestid

15 minutter

Tilberedelsestid

15 minutter

Samlet tid

30 minutter

Ingredienser

Pesto

- 2 spsk. olie til stegning + 2 spsk. til at blende med
- 1 rød peberfrugt
- 15 cherrytomater
- 2 fed hvidløg
- 1/2 tsk. salt
- 40 g pinjekerner
- 35 g parmesanost
- skal fra 1/2 økologisk citron

Salat

- 1 dl bulgur eller couscous (afmålt inden det koges)
- 80 g spinat
- 1 avocado
- 1/2 rødløg
- 10-15 cherrytomater
- 1 lille håndfuld pinjekerner til toppen

Sådan gør du

1. Kog bulgur eller couscous efter anvisning i letsaltet vand, lad det efterfølgende køle af
2. Skyl spinaten og kom den i en skål
3. Lav nu pestoen ved at skære peberfrugt ud i tern. Kom olie på en pande og svits peberfrugt, cherrytomater og revet hvidløg – vend det godt rundt til det falder sammen og drys med lidt salt
4. Kom pinjekernerne på panden og giv dem et par minutter sammen med blandingen, så de får lidt farve
5. Kom blandingen fra panden ned i en minihakker sammen med parmesan, citronskal og lidt ekstra olie – blend godt
6. Vend spinat og bulgur rundt med pestoen
7. Hak rødløg, skær avocado og halver cherrytomater og kom dem ned til spinaten, top det hele med lidt ekstra pinjekerner