

Spinatsalat med bagt blomkål

Opskrift til 2-4 personer

En lækker mættende spinatsalat med quinoa, smørstegte blomkål, granatæblekerner og blåbær.

Forberedelsestid

15 minutter

Tilberedelsestid

10 minutter

Samlet tid

25 minutter

Ingredienser

Salat

- 3 håndfulde spinat
- 1 dl quinoa (målt inden det koges)
- 1/4 blomkålshoved + 1 god spsk. smør + et godt drys salt
- 2 spsk. fetaost
- 1 håndfuld blåbær
- 1/4 granatæble

Dressing

- 1/3 dl olivenolie
- 2 spsk. citronsaft
- 1/3 tsk. salt (vi brugte maldon flagesalt)

Sådan gør du

1. Skyl spinaten og kom den i en skål
2. Kog quinoa i en gryde (efter anvisning på pakken)
3. Skyl blomkål og skær det ud i tynde skiver. Steg dem på en pande i smør og drys med salt til de er gyldne og let sprøde
4. Bland dressing sammen i en skål
5. Kom den kogte quinoa ned til spinaten, kom blomkål ved og hæld dressing over.
6. Smuldr med feta og pynt med friske blåbær samt kernerne fra granatæblet