

INGREDIENSER

400g Hälsans Kök Plant-based Nuggets
(1 & 1/2 pk)

150 g blandet salat

3 tomater

1 agurk

1 rød chili

1 fedd hvitløk

3 ss (40 g) stekte peanøtter

4 ss eddik

5 ss olivenolje



4 PORSJONER



30 MIN



LETT

Leter du etter ny inspirasjon til lunsj eller middag, prøv vår oppskrift på en deilig salat med vegetarnuggets og søtpoteter.

FREMGANGSMÅTE

1. bak søtpotetene

Forvarm ovnen til 200 ° C. Krydre søtpotetene med pepper, salt og 2 ss olivenolje. Sett søtpotetene i ovnen og grill i ca 25 minutter til de er myke og ferdige.

2. kutt grønnsakene

Fordel salaten ut på 4 tallerkener, skjær tomaterne i biter og agurken i lange skiver. Fordel tomater, agurk og potetene ut over salaten.

3. lag dressingen

Rør 2 ss olje med eddik, chili og hvitløk. Smak til med salt og pepper.

4. Stek vegetarnuggetsene

Stek Hälsans Kök Nuggets i resten av oljen, og hakk jordnøttene grovt. Del nuggets og jordnøtter over salaten og drypp over dressingen.

SJEKK UT FLERE OPPSKRIFTER PÅ HALSANSKOK.NO