

SPRØ SALAT MED GRØNT EPLE, KIKERTER OG VEGANSK SCHNITZEL

INGREDIENSER

180 gram Hälsans Kök Ovo-vegetarian Schnitzel

75 g ruccola

2 ferdigkokte (ferdiglagde) rødbeter

1 liten rødløk

1 liten boks (140 g avrente) kikerter

1 (grønt) eple

Dressing: olivenolje, sitronsaft eller eddik etter eget valg (f.eks. balsamicoeddik)



2 PORSJONER



15 MIN



LETT

Sprø salat med grønt eple, kikerter og Hälsans Köks veganske schnitzel. Forfriskende, syltig og velsmakende. Perfekt for et lett og smakfullt måltid!

FREMGANGSMÅTE

1. Forbered grønnsakene til salaten

Skrell og skjær løken i tynne skiver. Vask eplet og kutt i skiver eller biter. Skyll rødbetene og skjær dem i biter og renn av kikertene.

2. Tilsett dressingen

Bland eplet med rødbeter, kikerter og løk i en bolle. Smak til med salt, pepper, olivenolje og balsamicoeddik. Del ruccolaen mellom 2 tallerkener og øs grønnsaksblandingen over.

3. Kok schnitzelen og server!

Kok schnitzelen sprø og brun etter anvisning på pakken. Skjær i strimler og fordel over salaten.

SJEKK UT FLERE OPPSKRIFTER PÅ HALSANSKOK.NO