

Grönkålssallad med karamelliserad stjärnfrukt

8 port. vid buffé

Ingredienser:

Sallad

100 gram grönkål, gärna röd och grön
100 g sallarossa, lila kinakål
1 st äpple gärna rött
1 st granatäpple, kärnorna
1 st blodapelsin
6 st dadlar
25 gram valnötskärnor

Dressing

3 st clementiner, saften av 0,25 dl olja
1 tsk salt

Karamelliserad stjärnfrukt

1 st carambole
3-4 msk socker

Gör så här:

Sallad

Skölj grönkålen och hacka den grovt. Grovhacka sallarossan. Kärna ur och skär äpplena i bitar. Dela granatäpplet och plocka ur kärnorna. Skala och filéa apelsinen fint. Kärna ut dadlarna och dela dem i mindre bitar. Blanda allt i en bunke.

Dressing

Blanda clementinsaft, olja och salt. Häll över salladen i bunken och massera in dressingen ordentligt. Lägg upp allt på ett fat. Strö över nötterna.

Karamelliserad stjärnfrukt

Skiva carambolan. Smält sockret i en stekpanna och lägg i carambolan. Stek tills den blivit gyllenbrun och karamelliserad av sockret. Toppa på salladen. Servera!



Grönkålssallad med karamelliserad stjärnfrukt

8 port. vid buffé

Ingredienser:

Sallad

100 gram grönkål, gärna röd och grön
100 g sallarossa, lila kinakål
1 st äpple gärna rött
1 st granatäpple, kärnorna
1 st blodapelsin
6 st dadlar
25 gram valnötskärnor

Dressing

3 st clementiner, saften av 0,25 dl olja
1 tsk salt

Karamelliserad stjärnfrukt

1 st carambole
3-4 msk socker

Gör så här:

Sallad

Skölj grönkålen och hacka den grovt. Grovhacka sallarossan. Kärna ur och skär äpplena i bitar. Dela granatäpplet och plocka ur kärnorna. Skala och filéa apelsinen fint. Kärna ut dadlarna och dela dem i mindre bitar. Blanda allt i en bunke.

Dressing

Blanda clementinsaft, olja och salt. Häll över salladen i bunken och massera in dressingen ordentligt. Lägg upp allt på ett fat. Strö över nötterna.

Karamelliserad stjärnfrukt

Skiva carambolan. Smält sockret i en stekpanna och lägg i carambolan. Stek tills den blivit gyllenbrun och karamelliserad av sockret. Toppa på salladen. Servera!



Grönkålssallad med karamelliserad stjärnfrukt

8 port. vid buffé

Ingredienser:

Sallad

100 gram grönkål, gärna röd och grön
100 g sallarossa, lila kinakål
1 st äpple gärna rött
1 st granatäpple, kärnorna
1 st blodapelsin
6 st dadlar
25 gram valnötskärnor

Dressing

3 st clementiner, saften av 0,25 dl olja
1 tsk salt

Karamelliserad stjärnfrukt

1 st carambole
3-4 msk socker

Gör så här:

Sallad

Skölj grönkålen och hacka den grovt. Grovhacka sallarossan. Kärna ur och skär äpplena i bitar. Dela granatäpplet och plocka ur kärnorna. Skala och filéa apelsinen fint. Kärna ut dadlarna och dela dem i mindre bitar. Blanda allt i en bunke.

Dressing

Blanda clementinsaft, olja och salt. Häll över salladen i bunken och massera in dressingen ordentligt. Lägg upp allt på ett fat. Strö över nötterna.

Karamelliserad stjärnfrukt

Skiva carambolan. Smält sockret i en stekpanna och lägg i carambolan. Stek tills den blivit gyllenbrun och karamelliserad av sockret. Toppa på salladen. Servera!



Grönkålssallad med karamelliserad stjärnfrukt

8 port. vid buffé

Ingredienser:

Sallad

100 gram grönkål, gärna röd och grön
100 g sallarossa, lila kinakål
1 st äpple gärna rött
1 st granatäpple, kärnorna
1 st blodapelsin
6 st dadlar
25 gram valnötskärnor

Dressing

3 st clementiner, saften av 0,25 dl olja
1 tsk salt

Karamelliserad stjärnfrukt

1 st carambole
3-4 msk socker

Gör så här:

Sallad

Skölj grönkålen och hacka den grovt. Grovhacka sallarossan. Kärna ur och skär äpplena i bitar. Dela granatäpplet och plocka ur kärnorna. Skala och filéa apelsinen fint. Kärna ut dadlarna och dela dem i mindre bitar. Blanda allt i en bunke.

Dressing

Blanda clementinsaft, olja och salt. Häll över salladen i bunken och massera in dressingen ordentligt. Lägg upp allt på ett fat. Strö över nötterna.

Karamelliserad stjärnfrukt

Skiva carambolan. Smält sockret i en stekpanna och lägg i carambolan. Stek tills den blivit gyllenbrun och karamelliserad av sockret. Toppa på salladen. Servera!

