

## Salladsrecept 4-5 port

### Morot/tomatsallad med vanilj

1 röd paprika

1 gul paprika

3 morötter

1 ask coctailtomater

1 liten rättika

70g ruccolasallad

Ev ½ rödlök

#### Dressing:

1 dl olivolja

0,5-1 tsk äkta vaniljsocker (eller frön från en vaniljstång)

0,5 dl chilisås

1 pressad lime

Salt/peppar

Gör så här:

skär paprikorna i långa bitar, skala morötterna och strimla dem med potatisskalaren.

Gör likadant med rättikan.

Dela tomaterna på mitten.

Skiva ner rödlöken om man önskar.

Skölj ruccolan.

Vispa ihop dressingen och blanda allt

### Grönkålssallad

1 stånd grönkål

2 äpplen

1 dl russin

#### Dressing:

2 msk honung

2 msk vatten

2 msk olja

2 msk vinäger

Salt/peppar

Gör så här:

skölj grönkålen och ansa den fri från grova delar. Kärna ur äpplena,

Finfördela grönkål och äpple i matberedaren med kniven.

Blanda dressingen och häll över.

### Marinerade morötter

Skala och slanta 4 morötter i olika färger. Lättkoka dem.

Gör en dressing av :

1 del vinäger , 3 delar rapsolja

Och 1 msk persillade .

Häll över de varma morötterna.

Låt kallna

### Gurksallad

Tärna ½ gurka blanda med 1-2 dl majs.

gör en dressing av:

0,5-1 dl matyoghurt

1-2 pressade vitlökar

Salt/peppar

Häll dressingen över grönsakerna