



REGNBUESALAT

INGREDIENSER

- 250 g gulerødder, skrællet og skåret i 1 cm stykker
- 370 g blomkål, i små buketter
- 285 g broccoli, i små buketter
- 225 g pære, udkernet og skåret i 1 cm stykker
- 250 g rødbeder, skrællet og skåret i 1 cm stykker
- 100 g olivenolie
- 30 g æblecidereddike
- 1 moden mango, skrællet og skåret i skiver
- saften af 1 limefrugt
- 1 skalotteløg, afskallet og i tynde skiver
- 1 tsk. salt
- 1/2 tsk. sort peber
- 30 g koriander, finthakket

PREPARATION

1. Bland gulerødder, blomkål, broccoli, pære og rødbeder, som du har klargjort, i den store blandeskål.
2. Sådan laver du dressingen: Kom olivenolie, æblecidereddike, mango, limesaft, skalotteløg, salt, peber og koriander i en foodprocessor eller blender. Blend 5-6 gange. (Hvis du ikke har en foodprocessor eller blender, kan du mose mangoen i den mellemstore blandeskål til en jævn pasta. Dernæst pisker du de øvrige ingredienser i dressingen, indtil den er godt blandet).
3. Hæld dressingen over grønsagerne og frugten, bland det godt, og server.