

Spidskålssalat med broccoli og perlespelt

2 pers.

Mors Mad

mad.winther.nu



Ingredienser

1 dl perlespelt
1/4 spidskål
1/4 broccoli
1/4 agurk
1/2 lille rødløg

Dressing:

3 spsk. creme fraiche
1 spsk. grøn pesto
Citronsaft
Salt og peber

Topping:

1 håndfuld ristede græskarkerner
Feta efter behag

Beskrivelse

Kog perlespelt efter anvisningen på pakken. Lad den køle af.

Rist græskarkernerne på en tør pande.

Snit spidskålen fint. Hak broccolien fint. Skær agurk og rødløg i små tern

Dressing: Rør creme fraiche og pesto sammen. Smag til med citronsaft, salt og peber.

Vend den afkølede perlespelt og grøntsagerne i dressingen.

Kom ristede græskarkerner og smuldret feta på toppen.