

Spidskålssalat med kyllingehjerter

2 pers.

Mors Mad

mad.winther.nu



Ingredienser

1/2 lille spidskål
1 rødt æble
1 spsk. sesamfrø
24 kyllingehjerter
12 skiver bacon

Dressing:

2 spsk. olivenolie
1 spsk. æblecidereddike
1/2 tsk. dijonsennep
Salt og peber

Beskrivelse

Pak hvert kyllingehjerte ind i en halv skive bacon. Sæt dem på en bageplade med bagepapir. Bag dem i ovnen ved 175 grader i ca. 30 minutter, til baconen er sprød.

Rist sesamfrø gyldne på en tør pande.

Dressing: Rør olivenolie, æblecidereddike, dijonsennep, salt og peber sammen.

Snit spidskål fint. Skær æbler i tynde skiver. Bland spidskål og æbler i dressingen.

Anret salaten på 2 tallerkner. Drys de ristede sesamfrø over. Kom de lune kyllingehjerter på toppen.