

Broccolisalat med kikærter

4-6 pers.

Mors Mad

mad.winther.nu



Ingredienser

1 broccoli
1 dåse kikærter, drænet vægt 240 g
1 rødløg
1 grønt æble, f.eks. Granny Smith
1 spsk. citronsaft
65 g pekannødder
65 g soltørrede tranebær

Dressing:

105 g cashewnødder
1,75 dl vand
3 spsk. citronsaft
3/4 - 1 spsk. ahornsirup
1 tsk. blå birkes
Salt og peber

Variationer

Brug valnødder i stedet for pekannødder.

Brug æblecidereddike i dressingen i stedet for citronsaft.

Beskrivelse

Læg evt. cashewnødder i blød i kogende vand i ca. 30 minutter, så de er nemmere at blende ud.

Del broccolien i buketter. Kom dem i en skål, hæld kogende vand over og lad dem trække i ca. 1 minut. Hæld vandet fra, kom broccolien i koldt vand og lad den dryppe af i en sigte.

Dræn og skyl kikærterne og lad dem dryppe af i en sigte.

Hak rødløg fint.

Skær æble i tern og kom det i en stor skål. Pres citronsaft over og bland godt. Tilsæt broccoli, kikærter, rødløg, pekannødder og tranebær og bland det sammen.

Dressing:

Blend cashewnødder, vand og citronsaft sammen til en jævn masse. Smag til med ahornsirup, salt og peber. Rør blå birkes i dressingen.

Hæld dressingen over salaten, bland godt og stil den på køl i 1 time eller længere, inden servering.