

INGREDIENSER

180 gram Hälsans Kök Schnitzel

75 g rucola

2 færdigkogte (færdiglavede) rødbeder

1 lille rødløg

1 lille dåse (140 g drænet) kikærter

1 (grønt) æble

Dressing: Olivenolie, citronsaft eller eddike efter eget valg (f.eks. balsamico)



2 SERVERING



15 MIN



LET

Sprød salat med grønt æble, kikærter og Hälsans Köks veganske schnitzel. Forfriskende, syrlig og velsmagende. Perfekt til et let og velsmagende måltid!

TILBEREDNINGS INSTRUKTIONER

1. Forbered grøntsagerne til salaten

Pil og skær løget i tynde skiver. Vask æblet og skær det i skiver eller stykker. Skyl rødbederne og skær dem i stykker og dræn kikærterne.

2. Tilsæt dressingen

Bland æblet med rødbeder, kikærter og løg i en skål. Smag til med salt, peber, olivenolie og balsamicoeddike. Fordel rucolaen mellem 2 tallerkener og hæld grøntsagsblandingen over.

3. Kog schnitzlen og server!

Kog schnitzlen til den er sprød og brun efter anvisningen på pakken. Skær i strimler og fordel over salaten.

[SE FLERE OPSKRIFTER PÅ HALSANSKOK.DK](#)