

FÖRRÄTT

KINAKÅLSSALLAD MED FRUKTER

1 - 1,2 kg kinakål i strimlor
5 syrliga , oskalade äpplen
10 st ananasskivor i eget spad
2 dl hasselnötter

DRESSING

2 dl yoghurt
4 msk majonäs
4 msk apelsinsaft
2 msk citronsafte
1 tsk salt
2 msk finhackad citrömmeliss
1 pepparfrukt i strimlor

Rösta nötterna 200 gr i 5 min i ugnen och gnugga bort ytterskalet med en handduk.

Krossa nötterna lätt.

Klappa ananassen torr i en handduk och skär den i bitar.

Tvätta äpplena noga, skär i fyra klyftor, ta bort kärnhuset och skiva dem.

Strimla kålen.

Varva ingredienserna i en vid glasskål.

Blanda ihop dressingen och häll över salladen.

Salladen kan ev stå och dra i kylen några minuter innan serveringen.