



Salată de iarnă cu varză roșie, morcov și măr

🕒 10—20 Min. 🍴🍴🍴

Pregătire

- 1 În primul pas, curățați și radeți morcovii și varza. De asemenea, spălați, curățați și tocați mărul în formă de bețișoare. Apoi tocați nucile și spălați spanacul. Adăugați toate ingredientele dressingului într-un vas și amestecați.
- 2 Acum puneți varza, mărul, rodia, morcovii și spanacul într-un castron mare, turnați peste dressing și amestecați totul împreună. Apoi presărați nuci și serviți.

Ingrediente 2 Porții

🍴 = Kotányi Produkte

300 g	Varză roșie
2	Morcovi
1	Măr
50 g	Baby spanac
0.5	Rodie
20 g	Nuci

Pentru dressing:

30 ml	Ulei de măsline
0.5	Lamâie (sucul stors)
0.25 lingură	Muștar
1 linguriță	Miere
1 vârf	🍴 Sare de mare iodată
1 vârf	🍴 Piper negru măcinat
1 vârf	🍴 Bio ghimbir măcinat
1 vârf	🍴 Pătrunjel mărunțit
1 vârf	🍴 Oregano mărunțit

