



Téli saláta lila káposztával, sárgarépával és almával

🕒 10—20 Perc 🍴🍴🍴

Elkészítés

- 1 Az első lépésben hámozd meg és reszeld le a sárgarépát és a káposztát. Az almát is mosd meg, tisztítsd meg és vágd pálcikákra. Ezután aprítsd fel a diót, és mosd meg a spenótot. Add az öntet összes hozzávalóját egy befőttesüvegbe, és keverd össze.
- 2 Most tedd a káposztát, az almát, a gránátalmát, a sárgarépát és a spenótot egy nagy tálba, öntsd rá az öntetet, és keverd össze az egészet. Ezután szórd meg a dióval, és tálald.

Összetevők 2 fő részére

🍋 = Kotányi Produkte

300 g	Lila káposzta
2 db	Sárgarépa
1 db	Alma
50 g	Bébi spenót
0.5 db	Gránátalma
20 g	Dió

Az öntethez

30 ml	Olívaolaj
Fél	Citrom leve
0.25 tk	Mustár
1 tk	Méz
0.5 tk	🍋 Tengeri só, durva szemű
1 csipet	🍋 Feketebors, egész
1 csipet	🍋 Őrölt gyömbér
0.5 tk	🍋 Bio petrezselyem, szeletelt
0.5 tk	🍋 Bio oregánó, morzsolt

