

---

# VALDEMARSRO.DK

---



## Couscous salat med den skønneste dressing

 4 pers.

 15 min.

### Ingredienser

---

3 dl couscous  
3 dl kogende vand

#### Dressing

1/2 dl olivenolie  
saft og skal fra 1 økologisk citron  
2 fed hvidløg, pressede  
1 tsk friskrevet ingefær  
lidt finthakket chili eller nogle dråber tabasco  
1 spsk kokossukker eller rørsukker  
2 dl finthakkede krydderurter, gerne en blanding, hvor der indgår bredbladet persille, grøn mynte  
salt og friskkværnet peber

#### Derudover

2 finthakkede forårsløg  
2 dl finthakkede tomater  
1 finthakket rødløg  
evt også friske søde grønne ærter, finthakket rød peberfrugt, lidt smuldret feta  
Suppler gerne krydderurterne med koriander, lidt basilikum, timian, purløg og andet godt.

### Fremgangsmåde

---

Kom couscous og kogende vand i en gryde, sæt låg på og lad det trække i 10 minutter.

Bland alle ingredienserne til dressingen godt sammen. Kom gerne tomater, forårsløg, løg og andet godt fra evt listen i dressingen og suppler bare gavmildt med de krydderurter der er i højbedet, altankassen eller køkkenvinduet. Det er alle krydderurterne der får denne couscous salat til at smage ekstravagant og gør den helt uimodståelig.

Bland dressing og couscous

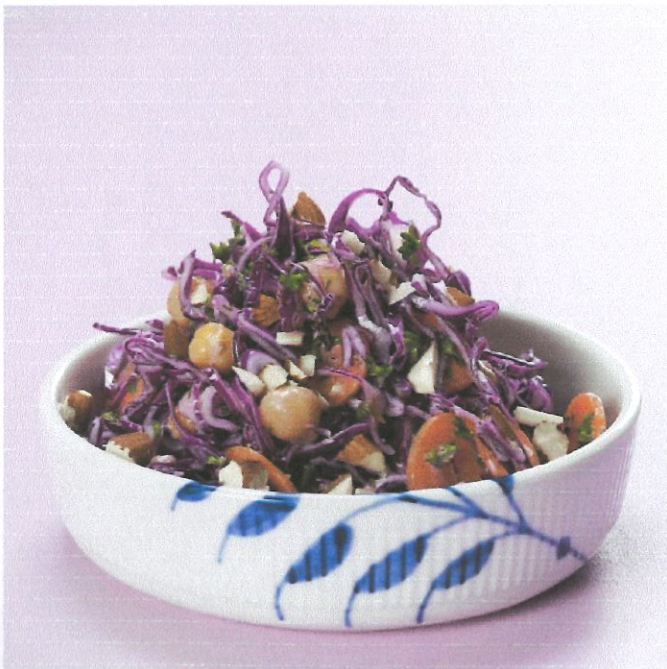
## Rødkålssalat med kikærter og gulerødder

### Sådan gør du

- 1 Skyl og sæt kikærterne i blød i vand på køl 8 timer. Skyl og kog dem møre i letsaltet vand. Ca. en time. Tag en ært op og bid i den, for at mærke, om de er møre, men med bid. Dryp ærterne med citron og lad dem afkøle.
- 2 Rist mandlerne på en tør pande og lad dem afkøle, hak dem groft.
- 3 Snit rødkålen meget fint.
- 4 Skrub gulerødderne og skær dem i fine skiver.
- 5 Rør A38 med presset hvidløg, olivenolie, citron og smag til med salt, peber og sukker.
- 6 Skyl, tør og hak persille fint.
- 7 Vend ~~rødkål~~ kål, kikærter og gulerødder med dressing, persille og mandler.



### Godt gået!



Servering til - 4 personer +

1 spsk.	Citronsaft
2 tsk.	Olivenolie
1 fed	Hvidløg
1 dl.	A38
150 g	Gulerødder
400 g	<del>Rødkål</del> friske KÅL SPIOS/SOMMER
40 g	Mandler
1 stk.	Citron
	Salt
160 g	Tørrede kikærter
	Peber
0.5 tsk.	Sukker
1 bundt	Persille