SALLAD

Bulgursallad med grönkål, tahini- och avokadodressing

Kock: **Karin Högberg** Tid: **45 min** Portioner: **4**

45

Bulgur, persilja, grönkål, tomat och granatäpple toppas med en härlig dressing på avokado och tahini. Ät som den är med ett gott bröd till, eller servera som tillbehör.

INGREDIENSER

250 g färsk grönkål
6 dl kokt bulgur
4 st tomater
2 st schalottenlökar
1 rejäl näve persilja
1 st granatäpple
Tahini
2 dl sesamfrön
1 dl olivolja
1 nypa salt

Tahini- och avokadodressing

0,5 dl tahini
1 st avokado
0,5 dl olivolja
3 msk vatten
saften av 0,5 citron
salt och peppar

GÖR SÅ HÄR

1. Tahini: häll sesamfröna i en stekpanna och rosta dem tills de får fin färg. Häll dem i en mixer och häll i olivoljan och salta. Mixa tills du har en slät smet.

2. Dressing: Häll samtliga ingredienser i en mixer och mixa till en slät sås.

3. Fyll en stor kastrull med vatten och låk koka upp. Skär av stjälkarna från grönkålen och koka grönkålen i ca 1 minut, häll av vattnet och skölj grönkålen med kallt vatten och låt rinna av.

4. Skär tomaterna i mindre bitar, ca 1x1 cm, hacka schalottenlöken fint och persiljan grovt. Tag ur kärnorna ur granatäpplet. Blanda bulgur, grönkål, tomater, persilja och schalottenlöken. Tillsätt tahini och avokadodressingen och blanda väl. Toppa med granatäpplekärnorna vid servering.