



Exotisk

päronsallad

4 personer

2 st svenska päron
2 st salladslökar
75 g torkad nöt- och frukt-
blandning
25 g russin
50 g rostade solrosfrön
250 g rucolasallat

Dressing

2 msk mangobalsamico
2 msk färskpressad citronsaft
0,5 dl färsk mynta
flingsalt och svartpeppar

Hacka den färska myntan och blanda samman alla ingredienserna till dressingen.

Rosta solrosfrön i en torr stekpanna, skär klyftor av päronen och hacka salladslöken. Lägg alla ingredienserna i en skål. Häll över dressingen och blanda försiktigt. Smaka av med salt och peppar.

Servera som förrätt tillsammans med ett gott bröd.



Fler recept och mycket mer på www.applriket.se