



**Grov råkost med rosenkål og rødder**

En sprød og sund salat. Passer perfekt til alle efterårets simre- og vildtretter – og til frikadellerne.



Bedøm opskrift



30 min



Sep – Jan



Dagligt grønt



Lav på laktose



Vegetar

## Ingredienser

4 pers.

2 gulerødder

1 lille persillerod, pastinak eller et stykke knoldselleri

100 g fintsnittede rosenkål

100 g grønkål

25 g græskarkerner

50 g sultanas rosiner

### Dressing

3 spsk rapsolie

1 spsk vand

3 spsk citronsaft

1 tsk honning

1 tsk grov sennep

salt og peber

### Tilbehør

4 ciabatta boller

*Opskrift og styling: Udviklet af Vibeke Lehn  
Fotograf Henrik Freek*

# Tilberedning

- 1 Snit gulerødder og pastinak/persillerod/selleri i små stykker eller riv dem groft.
- 2 Bland rødderne med rosen- og grønkål, græskarkerner og rosiner.
- 3 Pisk dressingen sammen og smag den godt til, før den vendes omhyggeligt med salaten.



## Tip

Om grønkål: Skær den midterste træede ribbe fra grønkålsbladene, før den hakkes.

