



Kikærtesalat med bagte gulerødder

Kikærter kan bruges til meget mere end hummus. Brug dem fx i en salat med bagte gulerødder, rucola og feta - det smager helt vidunderligt og mætter dejligt.



[Bedøm opskrift](#)



30 min

Apr – Okt

Dagligt grønt

Lav på gluten

Lav på laktose

Vegetar

Ingredienser

4 pers.

800 g **gulerødder**

2.5 spsk olivenolie

salt og friskkværnet peber

1 dåse kikærter

75 g **rucola**

1 håndfuld **persille**

1 citron

½ dl olivenolie

100 g fetaost

Opskriftudvikling, styling og foto: Maria Charlotte Larsen

Tilberedning

- 1 Tænd ovnen på 175 grader varmluft.
- 2 Skyl gulerødderne og skær dem i grove stykker. Krydr med olivenolie, salt og friskkværnet peber og bag dem i ovnen i ca. 20 minutter.
- 3 Dræn kikærterne og skyl rucola samt persille. Pluk persillen groft.
- 4 Når gulerødderne er kølet af, blandes de med kikærter, rucola, persille, olivenolie og saften fra 1 citron.
- 5 Smag til med salt og friskkværnet peber.
- 6 Top med fetaost og servér.



Tip

Server salaten sammen med lækkert brød, eller sammen med kylling eller andet kød.

