



**Gulerødder med mandler og spidskommen**

En god krydret varm ret, som passer sammen med hummus og fladbrød, eller som tilbehør til grillede lammekoteletter eller et stykke kylling



Bedøm opskrift



30 min



Jan – Dec



Vegetar



Lav på gluten



Lav på laktose

## Ingredienser

6 personer

500 g små gulerødder, skrubbede og uden toppe

100 g smuttede mandler

1 spsk spidskommen

2 spsk ekstra jomfru olivenolie

havsalt og friskkværnet peber

*Opskriften udlånt fra bogen Tre gode ting, River Cottage*

# Tilberedning

- 1 Bring en stor gryde med saltet vand i kog og kom gulerødderne i. Lad dem koge 5-8 minutter, til de er møre.
- 2 Hæld vandet fra og lad dem køle lidt af.
- 3 Varm en stor stegepande op ved middel varme. Tilsæt mandlerne og tørrist dem under omrøring, til de er gyldne med små brune pletter.
- 4 Kom dem over på en tallerken, og lad dem køle af.
- 5 Kom spidskommenfrø på den samme pande og tørrist dem et par minutter, til de dufter. Kom dem over på samme tallerken som mandlerne.
- 6 Stød blandingen let i en morter, så mandlerne brækkes i lidt mindre stykker.
- 7 Kom de varme gulerødder i en stor skål, tilsæt mandler, spidskommen og olivenolie og krydr med salt og peber.
- 8 Vend det rundt og server retten på et fad eller på tallerkener.



## Tip

Lad salaten få rumtemperatur og tilsæt nogle appelsinbåde og et sprøjt appelsinsaft.

Det krydrede mandelknas er også godt til andre grønsager: Prøv med blancherede grønne bønner, asparges, broccoli eller meget friske nye kartofler.

