



Råkost af kål med frugter og cashewnødder

Råkost - sprød, fyldig og med masser af smag.



[Bedøm opskrift](#)



15 min



Jul – Jan



Dagligt grønt



Vegetar



Lav på gluten

Ingredienser

4 pers.

1 hvidkål, evt. grønkål eller savoykål

2 tsk. salt

2 tsk. sukker

2 æbler

50 g saltede cashewnødder

50 g soltørrede tranebær

Dilledressing

1 bundt dild

2 spsk. olivenolie

2 spsk. citronsaft

2 spsk. piskefløde

1 tsk. Dijonsennep

Opskrift og styling: Lone Kjær

Foto: Henrik Freek

Tilberedning

- 1 Halver kålen, fjern stokken og snit kålen fint. Drys kålen med salt og sukker og lad den stå på køkkenbordet mens det øvrige tilberedes.
- 2 Halver æblerne, fjern kernehus og skær æblerne i små tern.
- 3 Hak dild. Rør olie med citronsaft, fløde og sennep og vend dild i dressingen.
- 4 Vend kål med dressingen og vend godt rundt. Vend dernæst æbler, nødder og soltørrede tranebær i salaten.



Tip

Server kålsalaten som tilbehør til aftensmaden. En rest smager fint som fyld i sandwich.

