



Rødbedesalat med æble

Kombiner rødbedernes søde smag med noget salt og syrligt, som i denne dejlige fyldige rødbedesalat med salte mandler og feta og sød-syrlig balsamico.



[Bedøm opskrift](#)



Ingredienser

4 pers.

100 g små, grønne linser

400 g **rødbeder**

2 **rødløg**

2 **æbler**

1 håndfuld **bredbladet persille**

Dressing

1 spsk olivenolie

2 spsk æblecidereddike

1 tsk honning

1 fed knust hvidløg

salt og peber

25 g saltmandler

75 g feta

1 bundte **purløg**

Opskrift og styling: Udviklet af Vibeke Lehn

Tilberedning

- 1 Skyl og kog linserne i let saltet vand ca. 30 minutter – til de er møre. Afdryp og afkøl dem.
- 2 Kog rødbederne møre i 45-60 minutter, efter størrelse. Afdryp og afkøl rødbederne, gnid skallen af.
- 3 Skær rødbederne i passende mundrette stykker eller riv dem groft.
- 4 Skær løg og æbler i tynde både og vend dem sammen med rødbeder, linser og persilleblade.
- 5 Pisk dressingen sammen, smag den til og vend den i rødbedesalaten.
- 6 Drys med saltmandler og smuldret feta samt klippet purløg.



Tip

Rødbedesalaten med æble er god til et stykke stegt fisk, en bøf og på en buffet. Alene kan den udgøre et frokostmåltid – med lidt brød til.

