



Lækker salat med babyspinat, feta og mandler

Sund, nem og lækker spinatsalat, som du kan variere, som det passer dig. Oplagt som tilbehør til kylling eller svinekød - ser samtidig flot ud anrettet på et stort fad. Hvidvine med friske, grønne og frugtige aromaer passer fint her.

Opskrift af: Cecilia Martinez Søndergaard

Tilberedningstid: 20 min

Antal personer: 6

Ingredienser

- 1 pose (200 g) friske babyspinatblade (3/4 pose er også fint)
- 1 pakke god fetaost (200 g)
- Ca. 50-60 g mandler
- 3 spsk. balsamico eddike
- 2 spsk. olivenolie
- Lidt salt og friskkværnet peber
- Evt. 1 fersken/æble/pære/figen
- 1 håndfuld/lille pose friske sukkerærter (eller friske ærter)
- Evt. frisk finthakkede urter, fx persille, basilikum



Til denne ret anbefaler vi



Godeval Godello
Bodegas Godeval SL
Galicien, Spanien
Varenr. 3164936



Niederhäuser Klamm Kabinett
Weingut Jakob Schneider
Nahe, Tyskland
Varenr. 4260136



Riesling Trocken, Grauschiefer
Weingut Jakob Schneider
Nahe, Tyskland
Varenr. 4261536



Fremgangsmåde

1. Varm en pande og tørrist mandlerne i nogle minutter, mens du rører jævnlige. Hold øje med dem, for de bliver hurtigt brændt. Læg dem herefter på en stor tallerken eller på køkkenbordet, så de kan afkøle. På den måde bliver mere knasende.
2. Kom sukkerærter/ærter i en skål og hæld kogende vand på. Lad det stå 2-3 min. og hæld vandet fra. Halvér sukkerærterne.
3. Rør balsamico, olie, salt og peber sammen i en lille skål. Smag dressingen til. Den må gerne smage let sødlig, så det modspiller spinatens bitterhed.
4. Skyl og tør spinatblade og frugt.
5. Skær frugten i små tern. Skær fetaost i små tern (eller smuldr det).
6. Anret spinatbladene - gerne på et stort, fladt serveringsfad. Fordel mandler, ærter, frugt



og fetaost på bladene. Drys evt. med finthakkede urter.

7. Fordel dressingen med en ske ud over hele salaten kort før servering.

TIP 1: Lav evt. lidt ekstra dressing til at sende rundt med salaten.

TIP 2: Tilsæt en portion kolde grønne linser. Så har du en mættende frokostsalat.