



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Quinoa- og rødbetsalat med appelsin og estragondressing, halloumi og sprø kjerner

Quinoa- og rødbetsalat

1 stk rødbete
½–1 stk appelsin
½ pakke
balsamicovinaigrette
125 g quinoa
50 g ruccola
1 pakke hvite bønner
1 ts sukker/honning ^B

Halloumi og sprø kjerner

100 g halloumi
1 pakke kjerneblanding

Estragondressing

½ bunt estragon
½–1 pakke yoghurt naturell

salt ^B

pepper ^B

olje ^B

bakepapir (kan sløyfes) ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 225 grader varmluft.
2. **Quinoa- og rødbetsalat, forberedelse:** Skrell og kutt rødbeten i grove biter. Skyll og finriv skallet (kun det oransje) på halve appelsinen.
3. **Quinoa- og rødbetsalat:** Fordel rødbeten utover et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek rødbeten midt i ovnen i 20–25 minutter, til den er mør. Ha balsamicovinaigretten og 1 ts sukker eller honning i en liten kjele, og kok opp. Bland inn skallet fra appelsinen, og hell vinaigretten over rødbetene når det gjenstår 10 minutter av steketiden.
4. **Quinoa- og rødbetsalat, fortsettelse:** Tilbered quinoaen som anvist på pakken. Skyll ruccolaen. Sil laken av bønnene, og skyll dem. Skrell appelsinen, og del appelsinkjøttet i terninger.
5. **Halloumi og sprø kjerner:** Kutt halloumien i små terninger. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek halloumien i 2 minutter. Ha i kjerneblandingen, og stek videre i 2–3 minutter, til frøene har begynt å poppe, og osten er gyllen.
6. **Estragondressing:** Skyll og finhakk estragonen. Bland estragonen og yoghurten i en serveringsskål, og smak til med salt og pepper (se tips).
7. **Servering:** Fordel ruccolaen og den ferdigkokte quinoaen på et fat, og fordel rødbetene, bønnene og appelsinterningene over. Topp med estragondressingen, halloumien og de sprø kjernene.



TIPS!

Smak gjerne til estragondressingen med litt dijonsennep.