



Detta är ett lågkalorirecept, vilket kan innebära att allt i förpackningen inte används. Följ receptet noggrant för att varje portion ska hålla sig under 550 kcal.



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

## Sallad med rostade rotfrukter, mozzarella och citroneyoghurt

### Rostade rotfrukter

- Morot 1 st
- Polkabetta 1 st
- Småpotatis 400 g
- Bakplåtspapper 1 st
- Olivolja ½ msk
- Salt 2 krm

### Picklad rödlök

- Rödlök 1 st
- Vatten 3 msk
- Socker 1 msk
- Ättiksprit (12%) 1 msk

### Citroneyoghurt

- Citron, saft+skal ½ st
- Matyoghurt 1 dl
- Flytande honung ¼ förp
- Salt 1 krm

### Salladsdressing

- Citron, saft+skal ½ st
- Olivolja ½ msk
- Flytande honung ¼ förp
- Salt 1 krm

### Vårsallad

- Rädisor 1 förp
- Babyspenat 30 g
- Mozzarella 1 förp
- Krasse 1 förp

### Att ha hemma ●

- Ättiksprit (12%),
- Bakplåtspapper, Olivolja,
- Salt, Socker,
- Svartpeppar, Vatten

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig).
2. **Rostade rotfrukter:** Dela morötter på längden. Klyfta polkabetta smått. Lägg tillsammans med potatis på en ugnsplåt med bakplåtspapper. Ringla över olivolja och strö på salt. Rosta mitt i ugnen ca 20 min, tills potatisen är mjuk.
3. **Picklad rödlök:** Klyfta rödlök tunt. Koka upp vatten, socker och ättiksprit i en liten kastrull. Ta från värmen och vänd ner löken. Låt stå till servering.
4. **Citroneyoghurt:** Skölj citronen i ljummet vatten och finriv skalet till både citroneyoghurt och salladsdressing. Blanda matyoghurt, citronskal, pressad citronsaft, flytande honung och salt i en skål.
5. **Salladsdressing:** Blanda citronskal, pressad citronsaft, olivolja, flytande honung, salt och lite nymald svartpeppar i en skål.
6. **Vårsallad:** Kvarta rädisor. Blanda med babyspenat, rostade rotfrukter och picklad rödlök i en salladsskål. Ringla över salladsdressing.
7. Riv mozzarella i mindre bitar. Toppa salladen med mozzarella och klippt krasse. Servera med citroneyoghurt.