



Billedet kan afvige noget fra opskriften.

Falafel i pita med grønt, syltet kål og hvidløgsdressing

Det skal du have

2 spsk æbleeddike
1 stk gulerod
100 g kålmix
300 g falafel
1 stk hjertesalat
1 stk tomat
1 stk skoleagurk
2 stk pitabrød
1 pose hvidløgsdressing

Det skal du selv have

sukker ^b

^b basisvare

1. Tænd ovnen og varm op til 180°C (Varmluft).
2. **Syltet kål og gulerod:** Bland æbleeddike med 1 spsk sukker og 1 spsk vand i en lille kasserolle og bring i kog. Skræl gulerod og riv den groft i en skål. Kom kålmix i, hæld lagen over og vend det sammen. Sæt til side og lad det trække.
3. **Falafel:** Varm falaflerne i ovnen i 10 min.
4. **Grønt:** Skyl salat, tomat og agurk. Skær salaten i strimler. Skær tomat og agurk i tern.
5. **Pita:** Kom pitabrødene i ovnen og lun 2-3 min. Tryk falaflerne lidt flade. Åben brødene og fyld dem med falafel, syltet kål, grønt og dressing