



2 PORTIONER



4 DAGES HOLDBARHED



15 - 20 MIN. TILBEREDNING

Rød waldorfsalat med citronkylling og groft brød

Det skal du bruge

300 g kyllingeinderfilet
½ stk citron
⅛ stk rødkål
2 spsk creme frisk
1 spsk sennep
2 stilke bladselleri
100 g vindruer
1 stk æble
½ pose valnøddebrud
2 stk brød

Du skal selv have:

Olie, Peber, Salt, Sukker

Fremgangsmåde

- 1 Opvarm en pande med olie og steg kyllingen ca. 6-7 min. på hver side til de er gennemstegte. Riv citronskal og pres ca. 1 spsk citronsaft over (gem resten til senere) og krydr med salt og peber.
- 2 Snit imens rødkålen i fine strimler. Tag en stor skål med plads til kålen og rør creme frisk og sennep sammen og smag til med ½ tsk sukker, 1 spsk citronsaft, salt og peber. Vend kålen i dressingen.
- 3 Skyl bladselleri, vindruer og æble. Skær selleri i tynde skiver, druer i halve og æble i små tern eller tynde både. Hak valnødderne groft. Gem lidt vindruer og valnødder til pynt og vend resten sammen med kålsalaten.
- 4 Lun brødet på en brødrister og skær i skiver.
- 5 Skær kyllingen i mindre stykker og anret dem oven på waldorfsalaten. Pynt med vindruer og valnødder og servér brød til.

Allergener

Havre, Hvede, Laktose, Mælk, Selleri, Sennep, Svovldioxid, Valnødder

Vidste du at...

Vi altid skriver antal holdbarhedsdage inkl. leveringsdagen på hver opskrift. På den måde kan du planlægge, i hvilken rækkefølge retterne bør spises.

Du kan bruge anbefal-linket på dine sider, så både du og dine venner kan få en god deal.



Næringsværdier

Energi pr. portion:	2.672 kj / 639 kcal
Indhold	Pr. portion
Fedt	16,6 g
heraf mættede fedtsyrer	2,7 g
Kulhydrat	70,7 g
heraf sukkerarter	21,2 g
Protein	51,7 g
Salt	3,6 g
Kostfibre	9,2 g