



2 PORTIONER



5 DAGES HOLDBARHED



20 - 30 MIN. TILBEREDNING

Klassisk salade nicoise

Det skal du bruge

400 g kartofler
2 stk æg
100 g grønne bønner
1 stk hjertesalat
1½ dåse tun i vand
125 g cherrytomater
50 g oliven
⅓ stk rødløg
1 spsk hvidvinseddike
1 tsk sennep

Du skal selv have:

Olie, Peber, Salt

Fremgangsmåde

- 1 Halvér kartoflerne og kog i letsaltet vand, der lige dækker i 12-15 min. til de slipper, når man stikker i dem.
- 2 Sæt æggene over i koldt vand, bring i kog og kog i 7-8 min. Skyl æggene i koldt vand og pil dem.
- 3 Nip imens den hårde stilk af bønnerne og kog dem sammen med kartoflerne de sidste 5-7 min. Hæld vandet fra og lad køle lidt af.
- 4 Skyl salaten, bræk den i store stykker og læg den på et fad eller i en stor skål.
- 5 Fordel kartofler og bønner over salaten. Hæld væden fra tunen og fordel den på salaten. Skyl og halvér tomaterne og læg dem oven på tunen.
- 6 Hæld væden fra oliven og fordel efter lyst over salaten (eller server dem ved siden af). Pil løg, halvér det, skær i tynde skiver og fordel løg over salaten. Del æggene i kvarte og fordel dem øverst på salaten.
- 7 **Vinaigrettedressing:** Bland eddike, sennep og 2 spsk olie godt og smag til med lidt salt og peber. Hæld dressing over salaten lige inden servering.

Allergener

Æg, Fisk, Sennep, Svovldioxid

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: 2.634 kj / 630 kcal

Indhold Pr. portion

Fedt	31,8 g
heraf mættede fedtsyrer	2,8 g
Kulhydrat	40,6 g
heraf sukkerarter	6,6 g
Protein	45,3 g
Salt	2,1 g
Kostfibre	6,2 g