



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Linsesalat med avokado og mangosalsa, toppet med egg og mango- og currydressing

Kokte egg

2 stk egg

Mangosalsa

1 stk mango
½ stk agurk
1 stk lime
1 pakke chiliflak

Grønne linser

1 pakke grønne linser
½ pakke finkuttet ingefær, hvitløk og chili

Linsesalat

1 stk avokado
50 g tobladssalat
1 pakke peanøtter
1 pakke curry- og mangodressing

🏠 olivenolje

🏠 salt

🏠 pepper

1 Kokte egg: Kok opp en kjele med vann. Kok eggene i 6–8 minutter.

2 Mangosalsa: Skrell mangoen og skyll agurken. Kutt mangoen og agurken i terninger. Skyll limen, og finriv limeskallet (kun det grønne) på et rivjern. Bland sammen mangoen og agurken i en skål. Smak til med olivenolje, saften og skallet fra limen, chiliflakene og salt.

3 Grønne linser: Ha linsene i en sikt og skyll de i kaldt vann. La vannet renne fra. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og stek linsene i ingefærblandingen i 3–4 minutter. Smak til med litt salt og pepper.

4 Linsesalat: Del avokadoen i skiver. Skyll og tørk tobladssalaten. Skrell og kutt eggene i to. Legg linsene utover et serveringsfat. Topp med tobladssalaten, mangosalsaen, avokadoen, eggene og peanøttene. Hell curry- og mangodressing over salaten før servering.