

Salat for the lonesome travellers

Hjemme! Etter en uke med mye bilkjøring (ergo tøysespising) og uregelmessige måltider trengte jeg grønnsaker! Og aller helst i form av en salat. Først lagde jeg vinaigretten, på slump som alltid. Men jeg skal prøve å gjengi så godt jeg kan.



I en liten skål har du

et finhakket fedd hvitløk (valgfritt)

en liten ts god sennep (dijon)

en halv ts maldon salt (knus med fingrene)

noen runder med pepperkvernen

Bland dette



før du skviser i saften av ca en kvart sitron, så sper du med olje (3ss?) i en tynn stråle mens du rører heftig ellers vil det skille seg. Den smaker litt sterkt, men blir perfekt når den er blandet i salaten. (Test smak ved å dyppe et salatblad i og smak..)

I denne salaten (til Herr Bolle og meg) hadde jeg ellers:

en pakke ferdig vasket ruccola

et halvt hode issalat, vasket og kuttet opp

en bunt asparges

en vårløk i tynne skiver

en liten pakke cherrytomater delt i to (norske, hurra!)

en pakke stjernebacon

2 ferdig marinerte fileter av kalkun (tilsammen 320 gram)

en liten pakke fetaost

en håndfull pinjekjerner som du rister i en tørr panne først

Stek filetene noen minutter på hver side og etterstek på lav varme. Kok asparges i to minutter og hell av vannet, legg til

side. Stek bacon i ovnen på 200 grader på et bakepapirkledd stekebrett, la renne av på kjøkkenpapir.

Bland salat, tomat, vårløk, asparges og fetaost med dressingen, legg over bacon, kjøtt og pinjekjerner.



PS. Jeg må forøvrig legge til at jeg har fått mye god og sunn mat hos familie og venner den siste uken. Takk! <3