

# Lun høstsalat med ovnsbakt brokkoli og stekte pølsebiter



Hallo Høsten! Så kom du sannelig svinsende med paraplyen svingende og skjerfet på slep. Jeg tenner lys i vinduet, trekker te OG trekker meg nærmere, fletter fingre med en trygg og varm hånd, slipper kald luft inn på soverommet og tenker ikke så mye på i går eller i morgen. Men jeg tenker litt på hva jeg skal ha til middag. I dag. ☐

## **Du trenger:**

(Nok til to)

## **Til salaten:**

*1 moden avocado, i terninger*

*1 brokkoli, skåret i buketter*

*8 cherrytomater, delt i to*

*1 stor søtpotet, skrelt og delt i båter som igjen deles i*

*biter*

*0,25 rødløk, finhakket*

*250 g gode pølser, i skiver (jeg brukte lammepølse fra Jakobs)*

*1 pose blandet salat, eller grønn salat etter ønske*

*salt*

*pepper*

*olivenolje*

*litt sitronsaft*

*chilikrydder*

### **Til dressingen:**

(raus porsjon, resten sparer du til en annen dag)

*1 dl solsikkeolje*

*4 ss hvitvinseddik*

*1 stort fedd hvitløk, finhakket*

*2 ts dijon sennep*

*0,5 ts salt*

*nykvernet pepper*

*0,5 ts sukker*

Lag dressingen ved å først piske sammen sennep, sukker, salt, pepper og hvitløk. Tilsett edikk og bland godt. Spe i oljen mens du pisker kraftig.

### **Slik lager du salaten:**

Sett ovnen på 225 grader.

Ha litt olivenolje, salt og pepper på søtpotetbitene. Legg på et stekebrett kledd med bakepapir og bak i ovnen i 12 minutter. I mellomtid blander du brokkoli med litt olivenolje, salt, pepper, litt chilikrydder og ca en ts sitronsaft. Ta ut stekebrettet og legg på brokkoli og halve tomater. Stek videre

i 10-15 minutter til eller til brokkoli og søtpotet er møre. Ta ut av ovnen og la avkjøle litt. Stek pølsene gylne i litt olje i en stekepanne på middels varme.

Legg opp salat og avocado på fat. Ha over søtpotet, tomat, brokkoli, rødløk og pølse. Ringle over litt dressing og KOS DEG.

