Fresh byggrynssalat med kikerter og urter



Det er søndag og sol og lukten av engangsgriller henger tungt over Oslo. Selv er jeg glad i grillmat, men aller best liker jeg tilbehøret. Denne salaten er utrolig frisk og lett, samtidig gjør byggrynet at den metter godt. Anbefales!

Du trenger:

ca 2,5 dl ferdig bløtlagt byggryn, tilberedt etter anvisning på pakken (kan erstattes med bulgur/couscous

1 rød paprika, i små terninger

1 agurk, skrelt og frø fjernet, i små terninger

1 avocado i terninger

1 boks kikerter, avrent lake og skylt

0,25 rødløk, finhakket

1 håndfull dill, finhakket

1 håndfull persille, finhakket

saft av ca 1 sitron

0,5 dl olivenolje

1 stort fedd hvitløk, finhakket

1 ts malt cummin

1 ts sukker

nykvernet pepper

ca 0,5 ts salt, smak deg frem

Slik gjør du:

Bland sitron, hvitløk, olje, salt, sukker, cummin og olje i en liten skål og sett til side.

Vend resten av ingrediensene i en større bolle og hell over dressingen. Bland godt og sett kjølig til servering.

Kos deg.

