

NUGGETS MED BAGT SØD KARTOFFEL OG SALAT MED CHILI DRESSING OG PEANUTS

INGREDIENSER

ca 1/2 pakke Hälsans Kök Veganske Nuggets (150-200g)

2 stk sød kartoffel

150 g blandet salat

3 tomater

1 agurk

1 rød chili

1 fed hvidløg

3 spsk ristede peanuts

4 spsk eddike

5 spsk olivenolie



2 SERVERING



30 MIN



LET

Leder du efter ny inspiration til frokost eller aftenmaden, så prøv vores opskrift på en lækker salat med vegetariske nuggets og søde kartofler.

TILBEREDNINGSS INSTRUKTIONER

1. Bag de søde kartofler

Forvarm ovnen til 200°C. Skær de søde kartofler i både, drys med salt, peber og 2 spsk olivenolie. Sæt dem i ovnen og bag i ca. 25 minutter, indtil de er bløde og har fået lidt farve.

2. Skær grøntsagerne

Fordel salaten ud på 4 tallerkner. Skær dernæst tomaterne i mindre stykker og agurken i lange skiver. Fordel tomater, agurker og de bagte søde kartofler ud over salaten.

3. Lav dressingen

Rør 2 spiseskefulde olie med eddike, chili og hvidløg. Smag til med salt og peber.

4. Steg de vegetariske nuggets

Steg Hälsans Kök Nuggets i resten af olien, og hak jordnødderne groft. Del nuggets og jordnødder over salaterne og dryp med dressingen.

[SE FLERE OPSKRIFTER PÅ HALSANSKOK.DK](https://halsanskok.dk)