

## INGREDIENSER



2 SERVERING



30 MIN



INTERMEDIATE

2 Hälsans Kök Plant-based Schnitzel

200 g (fuldkorns) couscous

6 salatblade

1 lille rød peberfrugt

1/2 stilk selleri

2 forårsløg

50 g rosiner

1 citron

Blandede urter (kørvel, persille)

4 spsk olivenolie

Lidt salt

Lidt peber

Dit middagsmåltid kan ikke være mere nærende og lækkert end vores Couscous-grøntsags- og urtesalat med Hälsans kök Plant-based Schnitzel. Den sprøde schnitzel, luftige quinoa og aromatiske urter vil give dig en verden fuld af teksturer og smag!

## TILBEREDNINGSS INSTRUKTIONER

**1. Forbered ingredienserne og bland couscousen**

Lad rosinerne trække i varmt vand i cirka 10 minutter og vask salaten. Brug en gaffel til at blande den rå couscous i et lavt fad med 2 spsk olivenolie.

**2. Kog couscousen**

Kog ca. 200 ml vand og hæld det over couscousen, så det lige akkurat er dækket. Lad couscousen trække i 5 minutter, indtil alt vandet er absorberet. Puff couscousen med en gaffel.

**3. Bland grøntsager med couscous og krydderurter**

Skær imens selleri og forårsløg i tynde skiver og paprikaen i små stykker. Hak krydderurterne groft. Bland grøntsagerne og krydderurterne i couscousen og smag til med citronsaft, olivenolie, salt og peber.

**4. Bag schnitzler og læg couscous på salatblade**

Steg Hälsans kök Schnitzler efter anvisningen på pakken eller til de er sprøde. Fordel salaten i 2 dybe tallerkener med couscoussalaten ovenpå.

**5. Server den sprøde schnitzel og couscoussalaten**

Skær schnitzlerne i strimler og fordel dem strimlerne på salaten og pynt med groftplukkede krydderurter.

## MADLAVNINGSTIPS

**Til de ekstra sprøde bidder...**

Server retten med ekstra broccoli. Kogt sprødt og drysset med olivenolie og revet (økologisk) citronskal.

**SE FLERE OPSKRIFTER PÅ HALSANSKOK.DK**