



Läckert & Färgrikt!

Klimatsmarta recept på läckra smaksättningar till våra färdiga grönsaksblandningar och enkla grönsaker.

ROMANESCOSYMFONI

Romanescosymfoni, Findus 3075	600 g
Majonnäs	2 dl
Crème Fraîche	3 dl
Röd chili, finhackad	2 st
Rivet skal från Citroner	2 st
Socker	
Salt och peppar	

Rör ihop majonnäs, crème fraiche, finhackad röd chili och skal från citroner. Smaka av med socker, salt och peppar.



INSALAADO DIGIR BÖN - OCH KIKÄRTS-SALLAD

Bönmix, Findus 43687	400 g
Tomater, tärnade	2 st
Värlökar	3 st
Gurka, tärnad	150 g
Persilja, Findus 3193	80 g
Citronsaft	2 msk
Salt	1 tsk
Svartpeppar, grovmald	1 tsk
Olivolja	2 msk
Vitlöksklyfta, pressad	1 st

Blanda alla ingredienserna i en skål och låt stå i kyl minst en timme före servering.



REGNBÅGSMOROT

Regnbågsmorot, Findus 96191	600 g
Svarta bönor	100 g
Olivolja	0,5 dl
Apelsinjuice	0,5 dl
Vitlöksklyftor, finhackade	2 st
Salt och peppar	

Vispa ner olja i en tunn stråle i apelsinjuicen, smaka av med salt, peppar och vitlök. Blanda ner morötterna och de svarta bönorna.



Samtliga recept är beräknade för 10 portioner



Peas & Love!

SWEET & SOUR BEAN SALAD

Salladsgrönsaker med bönor och grillad tomat, *Findus 93980*
Romansallad, riven

500 g
300 g

Dressing

Rapsolja 2 dl
Risvinäger 1 dl
Socker 1 dl

Vänd runt salladsgrönsaker med riven romansallad.

Dressing

Vispa dressingen ordentligt så att sockret löser sig, smaka av med salt och peppar.

Tips! Kan även serveras som en enkel lunch tillsammans med salladskyckling (*Findus 20267*). Bjud då gärna ett nygräddat bröd och smör till.

0,1 CO₂e +++



0,1 CO₂e +++



CURRY COLESLAW

Salladsgrönsaker med saltgurka, *Findus 3015*
Vitkål

500 g
200 g

Dressing

Majonnäs 100 g
Äppelmos 50 g
Gul Curry 2 g

Strimla vitkålen tunt, blanda med tinade salladsgrönsaker.

Dressing

Blanda majonnäs, äppelmos och lite curry, smaka av med salt och peppar. Vid servering ringla dressingen över salladsgrönsaker och vitkål.

Tips! Prova olika curry varianter och hitta din favorit.



Samtliga recept är beräknade för 10 portioner

