

Oppskrift

Fargerik kålsalat med svin indrefilet og peanøttdressing



1

Svin indrefilet

Forvarm ovnen til 180 °C. Krydre fileten med salt og pepper og brun den i en panne med olje. Bak videre i ovnen, til ønsket kjernetemperatur, 66-69 °C, ca. 20 minutter. La hvile.

2

Salat

Snitt reddik i tynne skiver, gulrot i tynne bånd, noe av agurken i bånd, så i tynne strimler og noe i skiver, snitt vårløk på langs, ananas, rød- og hvitkål i tynne strimler. Legg alt i isvann.

3

Peanøtt dressing

Ha peanøttsmør, limejuice, sesamolje, fish sauce, soyasaus, riseddik, sriracha, honning og koriander i en liten blender og kjør til en kremet saus. Smak eventuelt til med salt.

Kjør salaten i slynge og legg den opp etter ønske. Fordel skiver av svin indrefilet og drypp over noe an dressingen. Dryss over litt ekstra koriander og server resten av sausen ved siden av.

Produkter i denne oppskriften

Svin Indrefilet 1 Hel Pk



Svin Indrefilet 1 Fr Pk



Ingredienser

Gilde Svin Indrefilet 400 g

Salat

Reddikmiks 150 g

Gulrot 200 g

Agurk 0,5 stk

Vårløk 2 stk

Asparges 4 stk

Ananas 100 g

Rødkål 100 g

Hvitkål 100 g

Peanøttdressing

| | |
|----------------------|---------|
| Kremet peanøttsmør | 1 dl |
| Limejuice | 0,5 dl |
| Sesamolje | 1 ts |
| Fish sauce | 0,25 ts |
| Soyasaus | 2 ss |
| Riseddik | 2 ss |
| Sriracha | 2 ss |
| Honning | 2 ss |
| Koriander, finhakket | 2 ss |
| Flaksalt | 1 ts |