

FRA ANJAS KOKEBOK - UTEN GLUTEN:

SOMMERSALAT I RØDT, HVITT OG GRØNT

150 g blandet salat
10 stk grønne asparges, deles i to
75 g spekeskinke
6 - 8 stk reddiker, deles i fire
1/4 stk granateple, kjernene
15 - 20 stk små jordbær, deles i to
10 stk mynteblader, hele (kan sløyfes)
Olivenolje
Sitronsaft
Salt og nykværnet pepper

SNØFRISKDRESSING:

2 ss Snøfrisk
2 ss creme fraiche eller lettrømme
2 ss melk
2 stilker basilikum, finhakket
2 stilker mynte, finhakket
Sitronsaft
Salt og nykværnet pepper



Middag, lunsj eller frisk forrett? Denne fargesprakende salaten byr på en herlig balanse mellom sødmefylte bær, sprøstekt spekeskinke og en fylldig rømmedressing smaksatt med urter og Snøfrisk. Bedre blir det ikke i sommervarmen.

SLIK GJØR DU:

Begynn med dressing. Rør sammen Snøfrisk, creme fraiche og melk. Ha i urtene og smak til med sitronsaft, salt og pepper. Sett til side.

Kok opp en gryte med vann og forvell aspargesene i 1 - 3 minutter avhengig av tykkelsen. Ha dem rett over i en bolle med kaldt vann og isbiter. Ta ut aspargesen etter to minutter. Sett en stekepanne på litt over medium varme. Ha litt olje i pannen og stek spekeskinke til den er sprø og har fått farge på begge sider. Legg skinken til avkjøling på kjøkkenpapir. Ha litt salt, pepper, sitronsaft og olivenolje på salaten og bland. Legg den på to tallerkener. Topp med asparges, reddik, jordbær, granateple og spekeskinke. Server dressing ved siden av i små skåler.



Foto: Åse Kari Gravråk

JOURNALIST ÅSE KARIS SOMMERFAVORITT:

STRAWBERRY DAIQUIRI (alkoholfri)

2 dl eple- og mangojuice
20 frosne jordbær
12 isbiter
4 cl ferskpresset limesaft
1 ts finrevet limeskall
1 dl sukkerlake
4 jordbær til pynt

SLIK GJØR DU:

Ha eple- og mangojuice, frosne jordbær, isbiter, limesaft, limeskall og sukker i en blender. Kjør til jevn slush, hell over i glass og pynt med jordbær.

*En enkel favoritt
til alle sommerens festligheter*

Kilde: tine.no