Rebeccas kålsalat

Denne salat har min datter introduceret for mig og det er blevet familiens absolutte favoritsalat

250 gram fintsnittet spidskål
125 gram fintsnittet grønkål
1-2 appelsiner i mindre stykker
200 gram vindruer i halve
100 gram dadler i mindre stykker
100 gram granatæblekerner
75 gram valnøddekerner i mindre stykker
50 gram fintrevet parmesan
½ dl olivenolie

Spidskål og grønkål blandes først sammen med olien, hvorefter resten af ingredienserne blandes i.
Man kan sagtens lave en stor portion, da det holder sig fint i køleskabet op til 3 dage.

© Hormoner og Heilpraktik v/Christina Chantelou 2026 - www.hormonerogheilpraktik.com