

Rødbedesalater

Rødbedesalaterne passer fint til mange kød retter fx til frikadeller og farsretter, til røget kød og vildt.

Råmarinerede rødbeder og æbler

400 g rødbeder
200 g æble (ca. 1 stk.)
½ spsk revet løg

Dressing:

2 spsk smagsneutral olie
1 spsk æblecidereddike (eller citronsaft)
½ tsk flydende honning
salt og peber

Rødbederne skrælles og skæres i tynde stave eller små terninger. Æblerne skæres i kvarter, kernehuset fjernes og de skæres ligeledes i stave eller små terninger. Løget rives på et råkostjern. Dressingen blandes. Alle ingredienserne til salaten blandes og den tilsmages.

Rødbeder med krydderurter

I stedet for de nævnte krydderurter kan man bruge et bundt persille eller krydderurter efter eget valg.

500 g rødbeder
400 g gulerødder (ca. 4 stk.)
4 spsk hakket frisk mynte
3 spsk hakket frisk koriander
2 spsk græskarkærner (kan undlades)

Dressing:

3 spsk olie
2 spsk citronsaft
2 fed hvidløg
salt og peber

Rødbederne skrubbes og koges til de er møre (ca. en halv time), overhældes med koldt vand og ”smuttes” ud af skrællen. De deles i 4 på langs og skæres i 2 cm stykker. Gulerødderne skrælles og skæres i halve mønter dvs. igennem på langs og herefter i skiver. Krydderurterne befries for grove stilke og hakkes fint. Græskarkærnerne ristes på en tør pande, til de tager let farve. Til dressingen presses hvidløget og blandes med de øvrige ingredienser. Grøntsagerne, dressingen og krydderurterne blandes og smages til. Der pyntes med græskarkærner.