



Kåldolmar med rödbetor och chèvre

Kock: **Helena Ekman** Tid: **45 min** Portioner: **4**



Kåldolmar med rödbetor och chèvre ? glutenfria & lyxiga! En smakrik vegetarisk rätt som är både glutenfri och fylld av härliga kontraster mellan sötma och salta. Perfekt som huvudrätt eller tillbehör!



INGREDIENSER

- 1 huvud savoykål (eller vitkål)
- 3 stora rödbetor, kokta och grovt rivna
- 150 g smulad chèvreost
- 1 dl kokt quinoa
- 1 msk honung
- 1/2 dl hackade valnötter (valfritt)
- 1 tsk balsamvinäger
- salt och peppar, efter smak
- 25 g brynt smör för pensling

GÖR SÅ HÄR

- 1** Förbered kålen: koka upp lättsaltat vatten och mjuka upp kålbladen genom att koka dem några minuter. Låt dem svalna.
- 2** Fyllningen: blanda rivna rödbetor, chèvre, quinoa, honung, balsamvinäger och valnötter i en skål. Smaka av med salt och peppar.
- 3** Rulla dolmar: lägg en klick fyllning på varje kålblad. Vik in kanterna och rulla till dolmar.
- 4** Tillaga: lägg dolmarna i en ugnform, pensla med brynt smör och grädda i ugnen på 175°C i 25 minuter.
- 5** Servering: servera med en fräsch grönsallad och ringla gärna extra honung & valnötter över för en elegant finish.
- 6** Tips: Dessa dolmar är helt glutenfria och kan även göras veganska genom att ersätta chèvre med växtbaserad ost!