



VEGETARISK

Blomkål med russin, saltgurka och majonnäs

Kock: **Monika Österheim** Tid: **30 min** Portioner: **2**

En enkel och genialisk sallad som passar som huvudrätt, ta-med-lunch, förrätt, mellanmål, picknick och på buffé.

Blomkålen mättar bra, håller sig snygg länge och tål robust behandling. Håll den dock svalt eftersom det är majonnäs i.

Idén kommer från Kv. Åkern i Malmö och det var en av mina favoriträtter från kvällen jag hälsade på. Jag inspirerades till att försöka få ihop en kopia :) Så himla gott!

Den här vegetariska rätten är överraskande god. Hur kan något så enkelt bli så gott?

Det smakar mycket - sälta från gurkan, sötma från de små gula russinen, bladpersiljans pepprighet och majonnäsen som fått extra syra av vinäger för den perfekta balansen.

Majonnäsen är len och binder ihop rätten. Den tunnskivade blomkålen ger salladen tuggmotstånd och crunch. Russinen är lite sega och gurkan saftig.

Bröd är perfekt till salladen. Äter du lchf eller lowcarb, hoppa russinen helt eller ta bara några stycken som du finhackar.

Ja, ytterligare en kålfavorit som jag kommer att göra ofta.





INGREDIENSER

300 g blomkålsbuketter (från ca 1/2 mellanstort huvud)
150 g saltgurkor (ca 3st)
50 g gula russin (en näve)
3 bladpersilja (mängd beroende på storlek, 3 stänglar)
1 dl majonnäs (gärna egen, se länk)

GÖR SÅ HÄR

- 1** Skölj blomkål och persilja. Gör en majonnäs och spetsa den med lite extra vinäger (eller spetsa köpmajo), behövs för det är enda syran i rätten.
- 2** Skär små blomkålsbuketter för hand eller på mandolin. Skär buketterna precis som man skär svamp, stående på höjden och skär igenom roten. Det gör ingenting att vissa delar smular sig men se till att få ett antal snygga, större tunna bitar så det ser vackert ut på tallriken.
- 3** Hacka russin, saltgurkor och persiljebladen. Blanda alla ingredienserna. Smaka av med salt, vinäger, mer gurka eller fler russin. För fancy pancy uppläggning - bred ut majo på tallriken och lägg salladen snyggt ovanpå och garnera med ett persiljeblad.