

SALAATIT



MARINOIDUT HÄRKÄPAVUT / HERNEET

- 2 dl puolikkaita härkäpapuja tai herneitä
- 1/2 dl oliivi- tai rypsiöljyä
- 1-2 sitruunan mehu
- 1 dl hienonnettua tuoretta persiljaa tai basilikaa
- (1/2 chilipalko)
- 2-3 valkosipulinkynttä puristettuna
- suolaa, rouhittua mustapippuria

Liota papuja tai herneitä yön yli, huuhtelee ja valuta. Keitä vedessä miedolla lämmöllä noin 30 min, kunnes ne ovat pehmeitä mutta eivät vielä hajoa. Valuta. Sekoita kastikkeen ainekset keskenään ja kaada jäähtyneiden papujen päälle. Anna makujen tasoittua kylmässä muutama tunti. Tarjoa sellaisenaan, salaatissa tai wrappien lisukkeena.

VUOHENJUUSTOSALAATTI

- 1,5 dl puolikkaita herneitä tai liotettuja puolikkaita härkäpapuja
- 3-4 kourallista silputtua lehtisalaattia

- 100 g vuohenjuustoa / fetajuustoa
- 0,5 – 1 dl paahdettuja pekaanipähkinöitä

Viinietikkakastike:

- 2 rkl oliiviöljyä
- 2 rkl balsamiviinietikkaa
- 1 rkl hunajaa
- 1 rkl dijon sinappia

Huuhtelee herneet/härkäpavut ja kypsennä vedessä miedolla lämmöllä 30 – 45 min, kunnes ne ovat pehmeitä mutta säilyttävät vielä muotonsa. Valuta ja anna jäähtyä.

Sekoita kastikeaineokset keskenään ja kaada salaatin päälle.

Anna salaatin maustua jääkaapissa hetken ennen tarjoilua.

