

# nr. 13

*I denne søde juletid har vi brug for C-vitamin og antioxidanter. Det er koldt og trist uden for og vi savner solen og den sommer vi aldrig fik... Så kan det kun anbefales at kaste sig over denne simple og meget lækre salat. Granatæblet er kendt for at være en af de kraftigste naturlige antioxidanter - og så er den oven i købet symbol på frugtbarhed og kærlighed. Velbekomme!*

## Appelsinsalat med granatæble

Til 4 personer

3-4 appelsiner alt efter størrelse

1/2 granatæble

Ahornsirup

Skrællen skæres af appelsinerne, så alt "det hvide" er væk. Herefter skære appelsinerne i 3-5 mm tykke skiver og lægges på et fad.

Granatæblet halveres på tværs og kernerne bankes ud således: hold om snitfladen på æblet med den ene hånd og bank med en grydeske på "skallen", så kernerne inden i løsnes og falder ud i hånden. Sæt en skål under - granatæbler er ofte meget saftige! De sidste kerner kan du løsne fra de hvide skillevægge med en ske eller ved at "vrige" skallen forsigtigt med hånden.

Pynt appelsinskiverne med granatæblekerner og hæld en smule ahornsirup hen over salaten inden servering.



SKÆRTOFT mølle®