

Forår

Spidskålssalat med agurk, radiser og bearnaisedressing

Spidskål er forårets første kål sammen med agurker, spinat og sprøde radiser.

Mange elsker bearnaisesmagen fra estragon, kombineret med løg og hvidvinseddike.

Til 10 personer

400 g spidskål, gerne rød

120 g radiser uden top

300 g agurk, ca. 1 stk

100 g spinat eller spæde salater

lille bundt purløg

bearnaisedressing

300 g crème fraîche 9% eller 18%

60 g mayonnaise, 6 spsk.

10 g fintrevet løg, 2 tsk.

4 tsk tørret estragon (eller 4 spsk. frisk, finthakket)

3-4 tsk. mælk

ca. 1 spsk. hvidvinseddike

salt og peber

Snit kålen fint. Jo finere, des smukkere og mere tyggevenligt.

Skær radiser og agurk i terninger eller halve skiver.

Skær/klip purløget i små stykker. Skyl og tør salaterne. Kom alt i en skål/fad.

Bland dressing. Tilsæt mælk for at ramme en mere lind konsistens. Smag dressing til med eddike, salt og peber sammen med lidt af hver slags grøntsag fra salaten.

Server dressing til salaten.

Tips

Variation: Tomater er også gode i denne salat.

Smagen: Brug helst frisk estragon fra bundt, som smager af mest.

Mere bæredygtigt: Brug så meget af kålstokken som muligt. Smag på den fintsnittede stok, om den er spisevenlig. Den kan også bruges reven eller i terninger i kødsauce og lignende.

Om opskrifterne

Alle mængder er før du renser og snitter

Brug også de 4 årstidssalater som inspiration til at variere grøntsagerne i jeres salater og retter året rundt.

Server gerne salaterne toppet op på fade. Det giver et smukkere resultat.

Opskrifter og fotos: Tina Scheftelowitz www.salathovederne.dk. Find sæsonskema for grøntsager og frugt på samme webside. Eller køb blot grøntsager og frugt fra Danmark.