

Sallad med rostade rotfrukter och skinka

Rotfrukterna blir krispiga och goda i ugnen och passar fint ihop med pigga linser och Apetinasås!



Ingredienser, 4 portioner

- 1 kg rödlök, morötter, palsternacka, rödbetor
- 2 msk smör- & rapsolja
- 1 pressad vitlöksklyfta
- 1 tsk salt
- 1 krm svartpeppar
- 2 tsk rosmarin
- 1 burk linser
- 1 liter blandad grönsallad
- 250 g rökt skinka i skivor

Sås:

- 150 g Apetina 10%
- 2 dl minifraiche

Gör så här

Sätt ugnen på 225°. Skala lök, morötter, palsternacka och rödbetor. Skär rotfrukterna i bitar och lägg dem i en långpanna med bakplåtspapper med rödbetorna för sig. Häll över smör- & rapsolja blandat med vitlök, salt, peppar och rosmarin. Blanda runt och stek i mitten av ugnen 25-30 min.

Skölj linserna och låt dem rinna av. Mosa osten och blanda med minifraiche. Blanda rotfrukter, linser och sallad på ett stort fat. Toppa med skinkan. Servera med såsen.

Näringsvärden	Per portion inkl. tillbehör
Energi	420 kcal
Protein	31 g
Kolhydrat	38 g
Fett	16 g
