

Fräsch Äppelsallad



4 personer

4 st svenska äpplen
200 g sallatsblad
(gärna i olika färger)
2 st små rödlökar
100 g pinjenötter
8 skivor formbröd
1 st lime
8 st skivor Tofu
olivolja
flingsalt och
svartpeppar

Skölj sallaten och lägg upp den på en tallrik. Skär ringar av rödlöken. Rosta pinjenötterna i en torr panna. Dela sedan brödet i små fyrkanter och stek i olja tills de blir gyllengula. Skär äpplena i klyftor och låt skalet vara kvar. Lägg dem i en skål tillsammans med rödlöken och de rostade pinjenötterna. Pressa i limesaften och häll över lite olivolja. Smaka av med salt och nymalen svartpeppar. Blanda försiktigt. Skiva Tofun och stek den i olja, salta och peppra.

Servering:

Lägg sallatsbladen på tallriken med äppel- och lökblandningen ovanpå. Strö över brödkrutongerna och lägg den stekta Tofun överst.

Vill man byta ut Tofun kan man med fördel välja grillad eller stekt kyckling.