

Speltsalat med peberfrugt

2-3 pers.

Mors Mad

mad.winther.nu



Ingredienser

1 1/2 dl speltkerner (før kogning)

1 rød peberfrugt

5 forårsløg

1 håndfuld persille

Dressing:

1 tsk. sennep

1 tsk. honning

1 spsk. æbleeddike

2 spsk. olie

Salt og peber

Beskrivelse

Speltkernene koges efter anvisningen på pakken - måske et par minutter kortere, da de stadig skal have bid. Speltkernene afkøles.

Dressing:

Rør sennep, honning, eddike, olie, salt og peber sammen

Skær peberfrugten i tern og forårsløg i tynde ringe. Snit persillen - ikke alt for fint. Til sidst blandes speltkernerne med grøntsagerne og dressingen.