



Indisk blomkålssallad med majs, citron och syrad gurka

4 portioner

1 blomkålshuvud, plockat i buketter
1 msk curry
4 korn grön kardemumma
1 kanelstång
4 nejlikor
1 krm spiskummin
2 dl Green Giant Naturally Sweet majs*
4 rädisor
½ gurka, skalad
6 kvistar koriander
2 limefrukter
4 msk olivolja
Friterad Papadam

Koka upp två liter vatten med curry, kanel, grön kardemumma och nejlika, smaksätt med lite salt. Lägg i blomkålen och koka den mjuk, sila av vattnet.

Lägg blomkålen på ett ugnssäkert fat, blanda med olivolja och rosta lätt i ugn på 220 grader.

Skär gurkan i stavar och marinera 30 minuter i limejuicen. Skär rädisorna i klyftor. Blanda alla ingredienser och smaka av med salt, peppar och spiskummin.

Garnera med koriander och limeklyftor.

Servera med friterad Papadam.

*Testa Naturally Sweet

Till den här rätten rekommenderar vi Naturally Sweet – det perfekta valet om du vill äta majs, men samtidigt dra ned på salt- och sockerintaget.

