

- ▮ 4 port
- ▮ Grönsaker, Huvudrätt, Lättlagat, Vegetariska

bild saknas

RISSALLAD MED STING

Ingredienser ▮

4 dl ris (-5 dl kokt)
1/2 st paprika
2 st tomat
1 bit gurka (10 cm)
1,5 tsk örtsalt
1/2 msk soja
2 msk sweet chilisås
1/2 st lök, röd
10 st oliver, svarta
1 msk olivolja

Gör så här ▮

Skär paprikan, tomaterna, gurkan och löken i små bitar. Dela oliverna. Blanda allt i en skål. Smaka av med olja och sweet chili sauce.

Blir som en måltid med skinka till. Vegetarianen kan ta lite linser i eller marinerade bönor till.

Ur: Wallmyr m.fl. (2002) "Mat om det är någon mening med". Stockholm: MOW