

Byggrynsalat med Parmesandressing



4 porsjoner

Denne byggrynsalaten er perfekt til stekt laks eller til biff, men også alene som en enkel lunsj! Her kan du også vende inn andre grønnsaker som for eksempel brokkoli, asparges, fennikel eller tomater.

2 dl byggryn
6 dl eplejuice
2 dl creme fraiche
4 ss finhakkede urter (feks timian, persille eller basilikum)
100 g aspargesbønner
1 rødløk, finhakket
100 g revet Parmigiano Reggiano
Salt og pepper

Ha byggryn og eplejuice i en kjele og la koke i ca 25 minutter til byggrynene er møre. Dra kjelen av varmen og la grynene avkjøles til romtemperatur.

Kok aspargesbønnene i lettsaltet vann i 3 minutter. Avkjøl aspargesbønnene i kaldt vann. Kutt aspargesbønnene i små biter.

Vend aspargesbønner, løk, creme fraiche og Parmesan inn i byggrynene. Smak til med salt og pepper.