Appelsinsalat med yoghurtkrem



Ingredienser

♥ 6 appelsiner (gule og røde)
♥ 4 mandariner
♥ 1 rød grapefrukt

Appelsin- og honninglake:
♥ 1 appelsin
♥ 0,5 dl flytende honning

Pynt:
♥ 50 g pistasjnøtter (usaltede)
♥ 0,5 ts kanel

Yoghurtkrem:
♥ 350 g gresk yoghurt
♥ 0,5 - 1 dl flytende honning

Fremgangsmåte

Finn frem frukten, et skjærebrett og en skarp og hendig kjøkkenkniv.

Bruk kniven til å skjære skallet av appelsinene slik at du kommer rett til fruktkjøttet og det hvite fjernes. Skjær appelsinene deretter i skiver. Det vil renne en god del saft ut på skjærebrettet, som du bare kan samle opp i en skål.

Legg appelsinskivene utover et serveringsfat (serveringsfatet kan gjerne ha kanter eller være litt buet så ikke appelsinsaften renner ut av fatet).

Som nevnt brukte jeg også noen mandariner og en rød grapefrukt som jeg skar opp på samme måten og la på serveringsfatet sammen med appelsinskivene.

Press saften av en appelsin og ha dette i skålen hvor du har samlet opp appelsinsaften fra appelsinene du har skjært opp. Tilsett flytende honning og rør til honningen har løst seg opp. Hell dette over appelsinskivene.

Dryss over kanel og hakkede pistasjnøtter. Sett fatet i kjøleskapet frem til servering.

Til yoghurtkremen blandes yoghurten forsiktig med den flytende honningen. Det gjør ikke noe om honningen ikke løser seg helt opp slik at yoghurten blir litt marmorert. Ha yoghurtkremen i en skål og dryss gjerne over hakkede pistasjnøtter til pynt der også. Sett også yoghurtkremen i kjøleskapet frem til servering.

Tips

♥ Appelsiner som er røde inni er typisk lettest å få tak i på denne tiden av året. Jeg kjøpte dette på Meny nå i januar. Hør med velassorterte matbutikker og fruktbutikker. En miks av gule og røde appelsiner ser dekorativt ut på fatet, men det blir ikke særlig forskjell på smaken om du bare bruker gule appelsiner.

♥ Smak deg til mengden flytende honning. Jeg har angitt mengdene jeg liker (og jeg liker det jo litt søtt), men det er jo ikke noe problem å redusere mengden så klart.

♥ Valnøtter smaker godt enten i tillegg eller istedet for pistasjnøtter. Men det er bare å droppe nøttene hvis du vil ha nøttefri dessert.

♥ Appelsinsalaten bør serveres samme dag, og både appelsinsalaten og yoghurtkremen bør stå i kjøleskapet frem til servering.

© 2004 - 2026: Det søte liv. Med alle rettigheter.

Source URL: https://dev.detsoteliv.no/oppskrift/appelsinsalat-med-yoghurtkrem