



Tomatsalat

4 personer

Ingredienser :

- 4 stk tomat
- 1 stang vårløk
- 1 ts koriander

Næringsberegning per pers (salat):

18 kcal, 0g fett, 4g karbo (0g sukker), 1.5g fiber, 0.8g protein.

Dressing:

- 3 ss olje
- 2 ss hvit vinaigre
- 1 ts sitronsaft
- ¼ ts salt
- ¼ ts pepper
- ½ ts natreen

Næringsberegning per pers (dressing):

68 kcal, 7.5g fett, 0.2g karbohydrater, 0.5g salt.

Fremgangsmåte:

Del tomaten i små båter, kutt vårløken i små skiver. Finhakk koriander. Bland sammen alle ingrediensene i dressingen og slå over tomatene. La stå og trekke litt før servering.