

Grön zucchinisallad med tomat och citron

GRÖN ZUCCHINISALLAD MED TOMAT OCH CITRON

För 1-4 personer*

TILLAGNINGSTID:

10 minuter

300 g zucchini

200 g små tomater, gärna blandade färger och sorter

1 st citron, zest och saft

1 msk olivolja

1 näve basilika

1 näve persilja

flingsalt

svartpeppar, nymald

HUSGERÅD

Grönsakssvarv

Bunke

Zestjärn

Citruspress

Måttsats

Kniv

*Antal personer beror på om du äter den som en egen rätt eller serverar den som ett gott tillbehör till din middag.

Inlägget innehåller reklam genom annonslänkar för Bodystore, Hemköp och Bagaren & Kocken.

Grön zucchinisallad med tomat och citron

Grön zucchinisallad

En sommarfräsch sallad med zucchini, nyskördade tomater och citron, visst låter det ljuvligt!

Denna gröna zucchinisallad har allt man kan önska när man längtar efter en enkel och fräsch sallad att äta till lunch eller servera som ett gott tillbehör till sin middag.

Zucchini

Zucchini, eller squash som de också kallas, är avlånga frukter som antingen är gröna eller gula till färgen.

Vi har börjat använda zucchini mer och mer i vår matlagning under åren och tycker den är fantastisk!

Här i Paleoskafferiet hittar du många goda recept med zucchini. Det finns många favoriter och vi kan rekommendera:

- [Krämiga zucchininudlar med kantareller](#)
- [Zucchinipasta med kyckling, pesto och soltorkade tomater](#)
- [Paleoskafferiets Ratatouille](#)
- [Falsk ostkaka](#)

Och nu vill vi även dela med oss av denna Gröna och fräscha zucchinisallad med tomat och citron. Du måste testa, den är så god!

Så här gör du

- Svarva zucchinin till nudlar i en [grönsakssvarv](#)
- Lägg zucchininudlarna i en bunke
- Tillsätt zest från citronen (ta inte riktigt allt, spara lite att toppa med vid servering)
- Pressa över saften från citronen
- Tillsätt [olivoljan](#)
- Hacka basilika och persilja grov och tillsätt även dessa
- Krama ihop salladen med händerna så att allt blandar sig fint
- Smaka av med lite flingsalt och nymald svartpeppar
- På slutet halvera tomaterna och vänd försiktigt ner med de gröna zucchininudlarna
- Lägg upp i en serveringsskål
- Toppa med lite färska basilikablåd, citronzest och någon nypa flingsalt och lite nymald svartpeppar

Ät och njut!

Grön zucchinisallad med tomat och citron



En bra grönsakssvarv

När man ska svarva zucchini eller grönsaker t.ex. när man gör zucchinipasta, zucchininudlar, zucchinisallad eller bara vill göra sin sallad lite roligare är det smidigt med en bra grönsakssvarv.



**Köp en bra
Grönsakssvarv!**

KLICKA HÄR

Grön zucchinisallad med tomat och citron

Salladsrecept

Om du söker fler härliga recept på sallader så kan vi tipsa om:

- [Fräsch Gurksallad](#)
- [Favoritsallad](#)
- [Enkel Zucchinisallad](#)

Tid att njuta!

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore](#), [Hemköp](#) och husgeråden är länkade till webbutiken [Bagaren & Kocken](#)



Paleo för ett hälsosammare liv!

Jenny & Magnus Andersson

Licensierade kostrådgivare inom Paleo och lågkolhydratkost, kokboks författare samt hälso- och matinspiratörer.

Ren och naturlig mat ligger oss varmt om hjärtat. Vi har funnit vår väg till hälsa genom Paleo och brinner nu för att hjälpa andra med kost och hälsa genom ett ursprungsperspektiv.
