

Asiatisk kålsallad 100 port

En klassisk kålsallad i annorlunda tappning

4, 2 kg morot
4 kg finstrimlad vitkål
1 liter hackad färsk koriander
10 st strimlade gula lökar
4 dl japansk soja
1 dl sesamolja
5-6 dl limejuice
1, 25 dl strösocker
4 dl sesamfrön

Treveckorssallad 100 port

Supergod sallad som håller flera veckor i kylan!

10 kg vitkål
8 kg morötter
5 purjolökar
10 röda paprikor
10 gröna paprikor

Dressing:

1,5 dl vinäger (tex vit vinäger eller äppelcidervinäger)
0,5 dl socker (du kan minska mängden om du vill mindre sötma)
0,5 dl rapsolja
0,5 dl olivolja
1 msk salladskrydda
Ca 1 msk örtsalt eller salt (justera saltmängden efter smak)

Gör så här:

Strimla alla grönsaker, gärna i matberedare eller med mandolin. Lägg grönsakerna i en stor bunke. Lägg alla ingredienser till dressingen i en kastrull och koka upp under omrörning. Häll den varma dressingen över grönsakerna och blanda allting. Smaka av och krydda eventuellt med mer salt eller vinäger. Täck väl och låt stå i kylan några timmar innan servering. Salladen håller sig i kylan i ca 2-3 veckor.

Grönkålstabbouleh 100 pers

En järnrik sallad full med fibrer och vitamin C

5 liter okokt bulgur
2,5 liter finhackad persilja
2,5 liter finstrimlad grönkål
10 st tomater tärnade
10 st tärnade rödlökar
5 st tärnade gurkor (kan hoppa över gurka i vintersäsong)
5 msk torkad mynta eller (helst) 1 liter färsk hackad mynta.
2 dl citronsaft
5 dl olivolja
Salt och peppar

Gör så här:

Koka bulgur enligt anvisningar. Häll bort överflödigt vatten när den är färdigkokt om det behövs. Låt svalna.

Hack alla örter fint men gå endast en gång med kniven över dem. Om man hackar fram och tillbaka så tappar örterna vätska och smak.

Tärna grönsaker och lök fint.

Tillsätt olja, citron, salt och peppar efter smak. Tabbouleh ska vara syrlig, krispig och fräsch!

Vintrig sallad på brysselkål, rostad butternut, ädelost och rostade solroskärnor. 50 pers

En matig sallad med mycket smak och mycket näring!

4 kg brysselkål
3 st butternutpumpor
500 g ädelost, gärna krämig
200 g solroskärnor
1 msk torr timjan
1 msk torr rosmarin
2 dl tärnade fikon

Dressing:

5 st finhackade rödlökar
1 dl sherryvinäger eller äppelcidervinäger
1 dl rapsolja
5 tsk honung
Flingalt och nymalen svartpeppar efter smak

Gör så här:

Tärna och kärna ur pumpan. Lägg i smort bleck och rosta i ca 15-20 minuter på 225 grader tillsammans med timjan och rosmarin.

Dela brysselkålen i halvor och förväll dem i kokande i lättsaltat vatten i ca 1 minut.

Låt svalna.

Blanda ihop dressingen.

Rosta solroskärnorna i torr panna eller i ugn.

Blanda pumpan och brysselkålen med dressingen i ett bleck. Lägg upp på fat. Toppa med bitar av ädelost, rostade solrosfrön och tärnade fikon samt färsk timjan. Njut!

Ljummen brynt brysselkålssallad med palsternacka, fetaost och svartkål. 50 port.

En sallad där den smörstekta brysselkålen får sällskap av syran från granatäppelkärnorna och ett sting av vitlök och chili.

3 kg brysselkål
3 kg palsternacka, skalad
6 msk olivolja eller rapsolja
6 msk smör
1, 5 kg svartkål
8 vitlöksklyftor
3 st chili röd
1,2 kg fetaost
Granatäppelkärnor
Flingsalt och nymalen svartpeppar.

Gör så här.

Gör stavar av palsternackan. Lägg palsternackan i bleck med lite av oliv/rapsoljan i botten och bryn på 220 grader i 15 minuter.

Dela brysselkålen i halvor. Smält smöret i blecket tillsammans men resten av olivoljan och bryn brysselkålen ett par minuter i samma ugn ca 10 minuter. Kålen ska inte bli för mjuk.

Strimla svartkålen, hacka vitlöken och chilin. Låt bryna med de sista 3 minuterna.

Lägg upp på fat och låt svalna.

Toppa med smulad fetaost och granatäppelkärnor och gärna någon färsk ört samt flingsalt och nymalen svartpeppar.

Vintersallad på rödkål, brysselkål och vinteräpplen

En färgrik vintersallad med krispiga äpplen och antiinflammatoriska kålsorter.

4 kg brysselkål
5 kg rödkål
25 st röda äpplen
2 st purjolökar
Sesamfrön vita

Dressing:

5 dl tahini (sesampasta)
3 dl sirap (gärna lönnsirap)
3, 5 dl citronsaft
5 dl vatten
Salt och peppar

Gör så här:

Strimla rödkålen och brysselkålen så tunt som det är möjligt. Gärna på mandolin eller i grönsaksskärare.

Skölj och strimla äpple och purjolök fint och blanda med kålen.

Gör dressingen och ringla över den på salladen och blanda.

Lägg upp på fat och strö sesamfrön över.

Koreansk kålrotssallad 50 pers.

Kålroten är en rotsak vi använder alldeles för lite! I det här receptet får vår svenska rot en koreansk tappning.

2, 5 kg kålrot, strimlad
60 g salt
1 liter vatten
500 g vårlök eller purjolök, skivad

Dressing:

1 liter risvinäger
150 g farinsocker
6 dl koncentrerad grönsaksfond
100 g koreansk chilipasta
200 g riven ingefära
100 g vitlök
100 g sesamfrö

Gör så här:

Blanda samman kålen med vatten och salt. Låt detta stå 1 timme, tills kålen börjat mjukna lite.

Skölj av kålen och låt den rinna av i ett durkslag.

Mixa sesamfrön, vinäger, socker, chilipasta, farin socker och grönsaksfond till en slät dressing. Rör ner ingefära och chili

Lägg över kålen en bunke. Häll dressingen över kålroten och låt detta stå och dra ca 1 timme före servering. Toppa med sesamfrön.

Rödkål- och kålotscoleslaw med turkyoghurt och grovkornig senap.

5 kg rödkål, finns strimlad
1 kg gul lök eller purjolök, strimlad
1 stor bit färsk ingefära eller några krm torkad (valfritt)
1 liter majonnäs eller turkisk yoghurt
2 liter gräddfil eller turkisk yoghurt
1 dl socker, gärna mörkt som farinsocker
2 msk salt och många varv med pepparkvarnen
1 dl grovkornig senap

Gör så här:

Blanda alla ingredienser och låt vila minst 30 minuter. Smaka av och krydda upp vid behov.

Champinjon- och blomkålssallad med haricot verts med örtig marinad. 50 pers

En snygg och uppfriskande sallad gjord på enkla och billiga grönsaker.

3,2 kg champinjoner
1 liter solroskärnor
6, 2 kg blomkål
1, 2 kg haricot verts
4 kg kokta svarta bönor
4, 8 liter hackad persilja
6 dl olivolja
1, 6vdl citronjuice
2,7 dl finhackad schalottenlök
2 msk finhackad vitlök
2 msk chiliflakes (eller mindre för mindre hetta)
Salt och peppar efter smak