**Grønkålssalat, 2-3 personer**

* Et stort grønkålsblad
* En håndfuld valnødder
* Lidt dadler. Rosiner kan også fint bruges
* Et æble
* En appelsin
* Creme fraice eller lignende
* Økologisk rørsukker, honning eller stevia

Skyl grønkålsbladet godt, dup det med et viskestykke eller køkkenrulle. Skær de største ribbe fra. Skær derefter grønkålen i meget små stykker. Du kan "rulle" et bundt sammen ad gangen, holde ved og så skære.

Skær valnødderne i passende stykker, du kan også bruge hasselnødder eller paranødder.

Skær også dadlerne i stykker.

Skræl æblet, fjern blomst, stilk og kernehus. Skær i stykker. Pres en smule citron over, så æblestykkerne holder farven.

Skræl appelsinen og skær i stykker. Gem lidt til pynt.

Bland det hele sammen med creme fraice. Du skal bruge så meget, at det hele hænger sammen.

Smag til med enten økologisk rørsukker, honning eller stevia, der skal kun ganske lidt til. Jeg bruger mit eget hjemmedyrkede og tørrede stevia.

Anret i skål, pynt med appelsinstykkerne du tog fra.

Du kan selvfølgelig varierer fyldet efter smag. Prøv f.eks. at tilsætte tomatstykker.

Er der overskud, kan du fint anvende det som garniture ovenpå din rugbrød næste dag.