

# LEKKERSTE BROCCOLI EN APPEL SLAAI



## LEKKERSTE BROCCOLI EN APPEL SLAAI

kan nie onthou waar ek die resep gekry het nie maar dis n wener in ons huis.

2 Vars broccoli koppe in stukkies gebreek

1 rooi ui gekap

1/2 koppie pecan neute gekap

1/2 koppie gerasperde wortel

1/2 koppie gedroogde Cranberries

2 appels gekap( ek het Gala appels gebruik)

Metode:

Sit die Broccoli blommetjies in n houër met n deksel en bedek met kookwater.Sit die deksel op.

Gooi die res van die bestandele in n bak.

Dreineer die broccoli en spoel met yskoue water af.skud water af en voeg by die res.

Slaai sous:

1/2 koppie mayonaise

1/2 koppie griekse yogurt

Sap van 1 suurlemoen

1 eetlepel suiker

Meng saam en meng deur die slaai.Verkoel .

Variasies:

In plaas van die suiker gebruik ek Splenda

Ek vervang die gedroogde cranberries partykeer met Rosyne en

vandag het ek granaatpitte gebruik..Die pecan neute het ek ook al met Pistacious vervang.

Resep en foto: Hettie Bezuidenhout