ZASKAKUJĄCE SPOTKANIE

25 min 12-15 min. 11-13 min. 2-4 porcje

SKŁADNIKI NA SAŁATKĘ:

- 2-3 garści rukoli
- 20-250 g polędwicy z indyka
- 60-80 g sera koziego twardego
- 1/3 szklanki suszonych wiśni
- 1/3 szklanki płatków migdałowych
- 1 duża nektarynka
- 1 łyżka oleju
- 1 łyżka mieszanki przypraw do gyrosa

SKŁADNIKI NA SOS:

- 4 łyżki oliwy z oliwek
- 1 łyżeczka miodu
- 1 łyżeczka musztardy
- 1 łyżka octu winnego białego
- 1 łyżka soku z cytryny
- sól, świeżo mielony pieprz

PRZYGOTOWANIE:

1. Wszystkie składniki dressingu umieszczamy w shakerze lub słoiczku. Po przykryciu potrząsamy energicznie aż powstanie kremowy sos.
2. Płatki migdałowe podprażamy na suchej patelni.
3. Mięso dokładnie myjemy, przelewamy wrzątkiem i suszymy ręcznikiem papierowym. Następnie kroimy w paseczki, dodajemy 1 łyżkę oleju, posypujemy mieszanką przypraw do gyrosa i dokładnie mieszamy. Smażymy na oleju około 6-8 min., od czasu do czasu mieszając, aż mięso będzie rumiane z każdej strony. Wykładamy na talerz i czekamy aż wystygnie.
4. Suszone wiśnie parzymy (zalewamy wrzątkiem na około 30 sekund), a następnie wysuszamy.
5. Nektarynkę przekrawamy na pół, usuwamy pestkę i kroimy na mniejsze cząstki.
6. Kozi ser ścieramy na tarce o cienkich oczkach.
7. Rukolę łączymy z dressingiem, usmażonym indykiem, połową ilości przygotowanych suszonych wiśni oraz cząstek nektarynki. Całość wykładamy na miskę lub talerze. Następnie posypujemy kozim serem, wykładamy pozostałe suszone wiśnie oraz nektarynkę, a na koniec dekorujemy płatkami migdałowymi.

DODATKOWE UWAGI:

- Zamiast indyka możecie użyć pierś z kurczaka z ekologicznej hodowli drobiu.
- Suszone wiśnie możecie zastąpić suszoną żurawiną.
- Jeśli nie lubicie koziego sera, to w tej sałatce dobrze będzie się komponował również ser owczy, brie lub camembert.

© Just a SALAD 2016
Pobrano z serwisu: justasalad.pl