



BURAK NIEZWYCZAJNY



SKŁADNIKI NA SAŁATKĘ:

- × 2 garści rukoli
- × 1 duże kiwi
- × 150 g sera owczego (np. Manchego)
- × 2 nieduże buraki
- × 1/3 szklanki pestek słonecznika

SKŁADNIKI NA DRESSING:

- × 3-4 łyżki oliwy z oliwek
- × 1 płaska łyżeczka miodu
- × 1 płaska łyżeczka musztardy miodowej
- × 1 łyżka octu winnego białego
- × sól, świeżo mielony pieprz

PRZYGOTOWANIE:

1. Wszystkie składniki dressingu umieszczamy w shakerze lub słoiczku. Po przykryciu potrząsamy energicznie aż powstanie kremowy sos.
2. Buraki szorujemy bardzo dokładnie, starając się nie uszkodzić skórki. Następnie osuszamy ręcznikiem papierowym, smarujemy olejem/oliwą i zawijamy w folię aluminiową. Tak przygotowane buraki kładziemy do naczynia żaroodpornego i pieczemy w temperaturze 180 stopni przez 90 minut. Po upieczeniu odwijamy z folii i odstawiamy do ostygnięcia. Po ostygnięciu kroimy w plasterki, a następnie na ćwiartki.
3. Pestki słonecznika podprażamy na suchej patelni.
4. Kiwi obieramy, a następnie kroimy w półplasterki, które dzielimy jeszcze na połówki.
5. Ser kroimy w drobną kosteczkę.
6. Rukolę wykładamy na półmisek, a następnie układamy buraki oraz cząstki kiwi. Całość posypujemy serem oraz pestkami słonecznika.

DODATKOWE UWAGI:

- × Owczy ser możecie zastąpić innym żółtym serem półtwardym. Dobrze będzie się również komponować feta lub mozzarellą.

