PIETRUSZKOWA TORPEDA

25 min. 9 min. 5 min. 20-25 min. 2 porcje

SKŁADNIKI NA SAŁATKĘ:

- 2 szklanki suchego makaronu (około 160 g)
- 250 g pomidorków koktajlowych
- 2 nieduże korzenie pietruszki
- 10 czarnych oliwek
- 1/3 szklanki pestek słonecznika

SKŁADNIKI NA PESTO:

- ok. 60 g natki pietruszki
- 1/3 szklanki pestek słonecznika
- 4-5 łyżek oliwy z oliwek
- 1 ząbek czosnku
- sól, świeżo mielony pieprz

PRZYGOTOWANIE:

- Makaron gotujemy al dente w osolonej wodzie (zgodnie z instrukcją na opakowaniu).
- Obrane i umyte korzenie pietruszki kroimy w plastry jednakowej grubości (ok. 3 mm), a następnie umieszczamy je w misce z odrobinę soli i wlewamy 2 łyżki oleju. Całość mieszamy najlepiej ręką. Tak przygotowaną pietruszkę układamy na blaszce wyłożonej papierem do pieczenia, a następnie pieczemy ją w temperaturze 190 stopni przez około 20-25 minut.
- Pestki słonecznika prażymy na suchej patelni (również te do pesto).
- Pomidorki koktajlowe przekrawamy na połówki, a oliwki kroimy na plasterki.
- Przygotowujemy pesto. Do blendera wrzucamy wszystkie składniki, a następnie całość mieszamy do uzyskania pożądanej konsystencji. Pesto powinno być gęste, ale jednocześnie wilgotne.
- Makaron mieszamy dokładnie z pesto, przekładamy do miseczki/na talerze i wykładamy naprzemiennie pomidorki i plasterki pietruszki. Całość posypujemy czarnymi oliwkami i pestkami słonecznika.

DODATKOWE UWAGI:

- Do sałatki wykorzystałam makaron CASARECCE, ale równie dobrze możecie wykorzystać inny ulubiony kształt, polecam penne tudzież fusilli, również w wersji pełnoziarnistej.

Just a SALAD

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