



AZJA Z POLSKĄ NUTĄ



SKŁADNIKI NA SAŁATKĘ:

- × 100 g makaronu ryżowego muszle
- × 60 g kabanosów
- × 1 garść kiełków fasoli mung
- × 1/2 owocu mango
- × 6 sztuk owoców liczi
- × 1 nieduża papryka ramiro
- × 1 szklanka groszku cukrowego
- × 1/2 szklanki nerkowców
- × 1 garstka liisków kolendry

SKŁADNIKI NA DRESSING:

- × 4 łyżki oleju rzepakowego
- × 1 ząbek czosnku
- × 1 łyżka soku z limonki
- × 1 czubata łyżeczka cukru trzcinowego
- × 1 łyżeczka mieszanki tajskich ziół
- × sól, świeżo mielony pieprz

PRZYGOTOWANIE:

1. Makron gotujemy zgodnie z instrukcją na opakowaniu.
2. Czosnek przeciskamy przez praskę, a następnie łączymy z pozostałymi składnikami dressingu.
3. Groszek cukrowy wrzucamy do wrzątku, dodajemy odrobinę cukru i soli, a następnie gotujemy na średnim ogniu przez 4 minuty. Odcedzamy, przelewamy lodowatą wodą i pozostawiamy do ostygnięcia.
4. Nerkowce prażymy na suchej patelni.
5. Kabanosy kroimy na cienkie plasterki.
6. Liczi obieramy, pozbawiamy pestki i kroimy na ćwiartki.
7. Mango obieramy i kroimy w paseczki lub kosteczkę.
8. Paprykę pozbawiamy gniazda nasiennego i kroimy na plasterki.
9. Makaron łączymy z dressingiem, a następnie z pozostałymi składnikami sałatki, wykładamy na talarze i dekorujemy listkami kolendry.

DODATKOWE UWAGI:

- × Do sałatki wykorzystałam gotową mieszankę tajskich ziół. Jeśli uda Wam się takiej zakupić, to stwórzcie własną kompozycję dodając na przykład po szczypcie kolendry, chili, imbiru, kurkumy i kminu rzymskiego.
- × Do sałatki możecie użyć liczi z puszki lub zastąpić je ananasem.

