LETNI EPIZOD

20 min. 13-15 min. 4 porcje

SKŁADNIKI NA SAŁATKĘ:

- 2 duże garści roszponki
- 10 zielonych szparagów (1 łyżka oleju, sól himalajska)
- 100 g sera z niebieska pleśnią
- 100 g kabanosów
- 8-10 truskawek
- 10-12 różowych winogron
- 2-3 łyżki płatków migdałowych

SKŁADNIKI NA DRESSING:

- 5 łyżek oleju ryżowego
- 1 łyżka octu jabłkowego
- 1 łyżeczka syropu klonowego
- 1 ząbek czosnku
- 1 garstka liści bazylii
- sól, świeżo mielony pieprz

PRZYGOTOWANIE:

1. Wszystkie składniki dressingu miksujemy w rozdrabniaczu lub bledniejemy przy pomocy blendera ręcznego.
2. Szparagi pozbawiamy twardych końcówek – można je odciąć bądź po prostu odłamać (szparagi pod wpływem nacisku same pękną w odpowiednim miejscu). Rozgrzewamy patelnię grillową, a szparagi smarujemy olejem i oprószamy solą. Grillujemy z dwóch stron po około 4-5 minut, jednokrotnie przewracając, do uzyskania brązowych paseczków. Po przestygnięciu kroimy, w zależności od długości, na pół lub na trzy części.
3. Płatki migdałowe prażymy na suchej patelni.
4. Od truskawek odcinamy nożem szypułki, kroimy je na ćwiartki, a winogrona na połówki i pozbawiamy ich pestek.
5. Ser kroimy w kostkę, a kabanosy na około 0,5-1 cm kawałki.
6. Roszponkę łączymy z połową ilości dressingu, wykładamy na półmisek naprzemiennie ze szparagami, owocami, serem i kabanosami. Całość polewamy pozostałym dressingiem, a na koniec obsypujemy płatkami migdałowymi.

DODATKOWE UWAGI:

- Do tej sałatki doskonale sprawdzą się kabanosy o smaku pikantnym.

Just a SALAD

© Just a SALAD 2017
Pobrano z serwisu: justasalad.pl