



## INDYK W POMARAŃCZACH



### SKŁADNIKI NA SAŁATKĘ:

- × 2 garści rukoli
- × 1/2 szklanki drobnego makaronu (2 łyżki oleju rzepakowego)
- × 200 g połówdwy z indyka (1 łyżka soku z cytryny i pomarańczy, olej rzepakowy, sól, świeżo mielony pieprz kolorowy)
- × 2 pomarańcze
- × 1 garść orzechów włoskich (2 łyżki syropu klonowego)
- × 2 łyżki suszonej żurawiny
- × sól, świeżo mielony pieprz kolorowy

### SKŁADNIKI PESTO

- × 1 łyżeczka miodu
- × 3 łyżki oleju rzepakowego
- × 3 suszone pomidory
- × 1 nieduży ząbek czosnku
- × 1 łyżeczka płatków migdałowych
- × szczypta chili
- × sól, świeżo mielony pieprz

### PRZYGOTOWANIE:

1. Makaron gotujemy zgodnie z instrukcją na opakowaniu.
2. Mięso dokładnie myjemy, przelewamy wrzątkiem i suszymy ręcznikiem papierowym. Następnie kroimy na mniejsze kawałki (np. w kostkę), dodajemy po 1 łyżce soku z cytryny i pomarańczy, posypujemy solą i świeżo mielonym pieprzem. Smażymy na odrobinie oleju około 6-8 min, od czasu do czasu mieszając, aż mięso będzie rumiane z każdej strony. Wykładamy na ręcznik papierowy i czekamy aż wystygnie.
3. Orzechy prażymy na suchej patelni, następnie wlewamy syrop klonowy, dokładnie mieszamy z orzechami i odstawiamy do ostygnięcia.
4. Suszoną żurawinę siekamy na mniejsze kawałki.
5. Pomarańcze filetujemy.
6. Przygotowujemy pesto. Do blendera wrzucamy wszystkie składniki, a następnie całość miksujemy do uzyskania pożądanej konsystencji, którą kontrolujemy olejem. Pesto powinno być gęste, ale jednocześnie wilgotne.
7. Mięso łączymy z przygotowanym pesto.
8. Makaron łączymy z olejem, następnie wykładamy na półmisek naprzemiennie z rukolą, mięsem, pomarańczami i karmelizowanymi orzechami. Całość posypujemy płatkami żurawiny.

### DODATKOWE UWAGI:

- × Do przygotowania sałatki wykorzystałam makaron MINI PIÓRA od Lubelli, ale możecie postużyć się innym ulubionym kształtem, najlepiej średniej wielkości.
- × Indyka możecie zastąpić piersią z kurczaka, najlepiej z ekologicznej hodowli.

