



MARCHEWKOWE RURKI



SKŁADNIKI NA SAŁATKĘ:

- × 2 garści rukoli
- × 1 łyżka oleju z suszonych pomidorów
- × 100 g suchego makaronu pełnoziarnistego
- × 80 g sera koziego twarogowego
- × 5-6 suszonych pomidorów z oleju
- × 1 czubata łyżka suszonej żurawiny
- × 1 czubata łyżka pestek słonecznika

SKŁADNIKI NA PESTO:

- × 2 marchewki (ok. 80 g)
- × 2 łyżki oleju z suszonych pomidorów
- × 1 ząbek czosnku
- × sól ziołowa, świeżo mielony pieprz

PRZYGOTOWANIE:

1. Makaron gotujemy zgodnie z instrukcją na opakowaniu.
2. Do młynka lub blendera wrzucamy wszystkie składniki pesto i miksujemy aż uzyskamy pastę o jednolitej konsystencji.
3. Pestki słonecznika prażymy na suchej patelni.
4. Suszoną żurawinę zalewamy wrzątkiem na około 30 sekund, następnie odcedzamy, osuszamy i kroimy na mniejsze kawałki.
5. Pomidory wyciągamy z zalewy, a następnie kroimy na paseczki.
6. W szerokiej misce łączymy makaron z przygotowanym pesto, dodajemy suszone pomidory, żurawinę i dokładnie mieszamy. Następnie układamy na półmisku/talerzach większość przygotowanej rukoli, skrapiamy ją olejem z suszonych pomidorów, a na nią wykładamy zawartość miski. Całość posypujemy pestkami słonecznika, pokruszonym kozim serem i dekorujemy pozostałymi listkami rukoli.

DODATKOWE UWAGI:

- × Do sałatki możecie wykorzystać inny makaron ulubionego kształtu, zachęcam Was jednak do użycia pełnoziarnistej pasty.

