SAŁATKOWE BEEF JERKY

20 min. 4 min. 5 min. 2 porcje

SKŁADNIKI NA SAŁATKĘ:

- 1 duża garść rukoli
- 25 g suszonej wołowiny Beef Jerky
- 8-10 truskawek
- 1 garść groszku cukrowego
- 1 nieduża cebula czerwona
- 120 g mini mozzarelli
- 2-3 łyżki nerkowców

SKŁADNIKI NA DRESSING:

- 3-4 łyżki oleju rzepakowego
- 1 ząbek czosnku
- 1 łyżka octu winnego białego
- 1 łyżeczka soku z cytryny
- kilka listków bazylii
- 1 łyżeczka listków świeżego oregano
- sól, świeżo mielony pieprz

PRZYGOTOWANIE:

1. Wszystkie składniki dressingu blendujemy, aż uzyskamy sos o jednolitej konsystencji.
2. Beef Jerky wrzucamy do malaksera i blendujemy na pył.
3. Nerkowce dzielimy na połówki, a następnie prażymy na suchej patelni.
4. Groszek cukrowy wrzucamy do wrzątku, dodajemy odrobinę cukru i soli, a następnie gotujemy na średnim ogniu przez 4 minuty. Odcedzamy i pozostawiamy do ostygnięcia.
5. Od truskawek odcinamy nożem szypułki, a następnie kroimy je na ćwiartki.
6. Kulki mozzarelli osuszamy i dzielimy na pół.
7. Cebulę kroimy w piórka.
8. Na półmisek wykładamy naprzemiennie rukolę, truskawki, groszek cukrowy, cebulę, mozzarellę i nerkowce. Całość polewamy przygotowanym dressingiem, a na koniec dodajemy posypkę z Beef Jerky.

DODATKOWE UWAGI:

- Do przygotowania sałatki wykorzystałam Mięsną Przekąskę Beef Jerky marki SOKOŁÓW.

© Just a SALAD 2018
Pobrano z serwisu: justasalad.pl