



SZPINAKOWE FASOLUTKI



SKŁADNIKI NA SAŁATKĘ:

- × 1 garść liści szpinaku
- × 5 liści sałaty dębowej
- × 1/2 opakowania pasty z białej fasoli Z GRUNTU DOBRE Sokołów
- × 2 brzoskwinie ciasteczkowe paraguayo
- × 1 papryka spiczasta
- × 3 sezamki
- × 1/2 czerwonej cebuli

SKŁADNIKI NA DRESSING:

- × 4 łyżki oleju ryżowego
- × 1 ząbek czosnku
- × 1 łyżka octu winnego
- × 1/2 łyżeczki ostrej musztardy
- × 1 łyżeczka miodu
- × sól, świeżo mielony pieprz

PRZYGOTOWANIE:

1. Czosnek przeciskamy przez praskę, a następnie łączymy z pozostałymi składnikami dressingu aż uzyskamy sos o jednolitej konsystencji.
2. Odrzynamy od listków szpinaku twarde łodyżki, smarujemy je pastą z fasoli, zwijamy w ruloniki, a następnie ostrym nożem przekrawamy na pół.
3. Paprykę pozbawiamy gniazda nasiennego, po czym kroimy na plasterki.
4. Brzoskwinie ciasteczkowe, kroimy na mniejsze części np. półksiężyce.
5. Cebulę siekamy w drobną kosteczkę.
6. Na półmisek wykładamy podzieloną na mniejsze kawałki sałatę dębową, ruloniki z pastą z fasoli, paprykę i części brzoskwiń. Całość polewamy dressingiem, a na koniec posypujemy połamany na stosunkowo małe kawałki sezamkami oraz cebulą.

