



FASOLKOWE ZIMOWISKO



20 min.

4 porcje

SKŁADNIKI NA SAŁATKĘ:

- × 1 garść liści szpinaku baby
- × 2 garści roszonek
- × 1 opakowanie pasty z białej fasoli Z GRUNTU DOBRE
- × 100 g sera feta
- × 1 duża garść kiełków jarmużu
- × 2 ugotowane buraki
- × 3 mandarynki
- × 1/2 owocu granatu
- × świeżo mielony pieprz kolorowy

SKŁADNIKI NA DRESSING:

- × 5-6 łyżek oleju rzepakowego
- × 1 ząbek czosnku
- × 1 łyżeczka syropu klonowego
- × 1 łyżka octu winnego białego
- × 1 łyżka octu balsamicznego
- × sól, świeżo mielony pieprz

PRZYGOTOWANIE:

1. Czosnek przeciskamy przez praskę, po czym łączymy go z pozostałymi składnikami dressingu.
2. Kiełki jarmużu drobno siekamy. Pastę z fasoli łączymy z rozgniecionym widelcem serem. Całość doprawiamy pieprzem i dokładnie mieszamy. Z uzyskanej pasty formujemy kule (o średnicy około 1 cm – 1,5 cm), które obtaczamy w posiekanych kiełkach (najwygodniej robić to w rękawiczkach).
3. Z owocu granatu wyłuskujemy ziarenka.
4. Mandarynki obieramy, oczyszczamy z białych błonek i kroimy na mniejsze kawałki.
5. Buraka kroimy na niezbyt duże kawałki lub wykrawamy z niego kółeczka (wykorzystujemy do tego foremkę do pieczenia ciasteczek lub mały kieliszek), które przekrawamy na połówki.
6. Roszponkę skrapiamy połową przygotowanego dressingu i wykładamy na miskę lub talerze naprzemiennie z burakami, mandarynkami i fasolowymi kulami. Na koniec całość polewamy wedle uznania pozostałym dressingiem i posypujemy granatami.