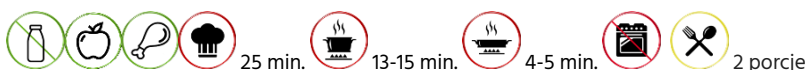




## ELEGANCKA PARÓWECZKA



### SKŁADNIKI NA SAŁATKĘ:

- × 1 duża papryka spiczasta
- × 1/3 szklanki suchego makaronu Orzo
- × 1 garstka listków jarmużu
- × 3 Parówki Stówki SOKOŁÓW
- × 1/2 małego mango
- × 5 suszonych pomidorów w oleju
- × 1 łyżka kaparów w occie
- × 1 łyżka prażonych solonych nerkowców
- × 2-3 łyżki oleju z suszonych pomidorów
- × sól himalajska, świeżo mielony pieprz czerwony

### PRZYGOTOWANIE:

1. Makaron gotujemy zgodnie z instrukcją na opakowaniu.
2. Parówki przekrawamy wzdłuż na pół, kroimy na cienkie półplasterki i wrzucamy na rozgrzaną, skropioną olejem z suszonych pomidorów patelnię. Parówki smażymy około 4-5 minut, co jakiś czas mieszając, aż delikatnie się zarumienią.
3. Paprykę przekrawamy wzdłuż na pół pozbawiamy gniazda nasiennego i odcinamy zieloną końcówkę.
4. Mango kroimy w drobną kosteczkę.
5. Suszone pomidory kroimy na cienkie paseczki.
6. Nerkowce drobno siekamy.
7. Makaron łączymy z parówkami, suszonymi pomidorami, mango, kaparami, nerkowcami oraz olejem z suszonych pomidorów i doprawiamy solą oraz pieprzem. Całość wykładamy na paprykowe łódeczki i na koniec posypujemy listkami jarmużu.

