



## NOWA KOLEKCJA



### SKŁADNIKI NA SAŁATKĘ:

- × 2 garści rukoli
- × 1 garść kiełków brokołu
- × 1 łyżka Pasty – kurczak z brokułem i szpinakiem SOKOŁÓW
- × 1 łyżka Pasty – kurczak z warzywami SOKOŁÓW
- × 1 łyżka Pasty – wieprzowina z grillowaną papryką SOKOŁÓW
- × 1 łyżka Pasty – wieprzowina z warzywami SOKOŁÓW
- × 1 duża bułka wieloziarnista (olej rzepakowy)
- × 1 nieduża papryka spiczasta
- × 6 patisonów konserwowych
- × 1/2 słoika selera konserwowego
- × 5 mini marchewek
- × 3 łyżki pestek słonecznika

### SKŁADNIKI NA DRESSING:

- × 5 łyżek oleju z pestek winogron
- × 1 ząbek czosnku
- × 1 łyżka octu winnego białego
- × 1 płaska łyżeczka miodu
- × 1 łyżeczka musztardy miodowej
- × szczypta mielonych płatków chili
- × sól, świeżo mielony pieprz

### PRZYGOTOWANIE:

1. Wszystkie składniki dressingu blendujemy aż uzyskamy sos o jednolitej konsystencji, Gęstość sosu regulujemy olejem.
2. Ser kroimy w kostkę.
3. Truskawki pozbawiamy szypułek i kroimy na ćwiartki
4. Awokado kroimy na półksiężycy lub w większą kostkę i skrapiamy sokiem z cytryny.
5. Buraka kroimy na niezbyt duże kawałki lub wykrawamy z niego kółeczka, które przekrawamy na połówki.
6. Sezamki kruszymy dłońmi na niezbyt duże kawałki.
7. Na półmisek wykładamy naprzemiennie szpinak, roszponkę, kawałki buraka, awokado, truskawki oraz kostki sera. Całość polewamy przygotowanym dressingiem, a na koniec posypujemy sezamkami oraz dekorujemy bratkami.

