



## LETNIE SZALEŃSTWO



### SKŁADNIKI NA SAŁATKĘ:

- × 2 garści mixu sałat
- × ok. 120 g filetu z łososia bez skóry (1 łyżka soku z cytryn Limmi, 1 czubata łyżeczka ostrej musztardy, 1 płaska łyżeczka miodu, 1 łyżeczka oliwy z oliwek, sól himalajska)
- × 6-8 fioletowych szparagów
- × 8 truskawek
- × 1 brzoskwinia (1 łyżeczka soku z cytryn Limmi)
- × 3 sezamki

### SKŁADNIKI NA DRESSING:

- × 4 łyżki oliwy z oliwek
- × 1 ząbek czosnku
- × 1 łyżeczka miodu
- × 1 łyżeczka ostrej musztardy
- × 2 łyżki soku z cytryn Limmi
- × sól, mielone płatki chili, świeżo mielony pieprz

### PRZYGOTOWANIE:

1. Czosnek przeciskamy przez praszkę, a następnie mieszamy z pozostałymi składnikami dressingu aż uzyskamy sos o jednolitej konsystencji.
2. Łączymy ze sobą wszystkie składniki marynaty. Łososia myjemy w zimnej wodzie i osuszamy ręcznikiem papierowym, a następnie nacieramy marynatą i odstawiamy na około 20 minut. Po upływie tego czasu układamy rybkę na rozgrzanej patelni grillowej i smażymy przez około 6-8 minut, aż mięso będzie wysmażone do około 2/3 wysokości filetu. Wówczas przewracamy na drugą stronę i grillujemy jeszcze przez około 2-3 minuty. Po wystygnięciu dzielimy, najlepiej rękoma na mniejsze kawałeczki.
3. Szparagi pozbawiamy zdrewniałych końcówek, gotujemy w osolonej wodzie z dodatkiem cukru przez około 5 min, a następnie przelewamy zimną wodą i przekrawamy na 2-3 części (duże okazy możemy przeciąć również wzdłuż na pół).
4. Truskawki pozbawiamy szypułek i kroimy na ćwiartki lub w ósemki.
5. Brzoskwinię kroimy na mniejsze kawałki i skrapiamy sokiem z cytryny.
6. Sezamki łamiemy na mniejsze kawałki.
7. Na półmisek wykładamy naprzemiennie wszystkie składniki sałatki, a na koniec polewamy przygotowanym dressingiem.

