



OWSIANY REJS



SKŁADNIKI NA SAŁATKĘ:

- × 2 kromki chleba owsianego bezglutenowego PUTKA
- × 1 nieduże awokado, 1 łyżka soku z cytryny
- × 12 jajek przepiórczych
- × 125 łososia wędzonego na gorąco
- × 1 papryka spiczasta
- × 1 łyżeczki czarnego kawiorku
- × sól, świeżo mielony pieprz kolorowy
- × świeży tymianek lub koperek do dekoracji

PRZYGOTOWANIE:

1. Jajeczka przepiórcze umieszczamy we wrzątku, gotujemy przez 3-4 minuty, po czym zalewamy zimną wodą, obieramy i osuszamy. Dwie sztuki odkładamy i przekrawamy na pół, a pozostałe wrzucamy do malaksera.
2. Awokado przekrawamy na pół, pozbawiamy pestki, obieramy i wkładamy do pojemnika z jajeczkami. Dodajemy sok z cytryny, sól oraz pieprz. Całość blendujemy aż do uzyskania masy o jednolitej konsystencji.
3. Paprykę pozbawiamy gniazda nasennego, a następnie kroimy w drobną kosteczkę.
4. Przy pomocy obręczy kulinarnych, z chleba wykrawamy skórki, a następnie formujemy bryłę układając kolejno masę jajeczną z awokado, paprykę i kawałki łososia. Wierzch dekorujemy jajeczkiem z kawiolem oraz listkami tymianku.