



## FIGA Z CZOSNKIEM



### SKŁADNIKI NA OMLETA:

- × 4 jajka „M”
- × 3/4 szklanka mąki pszennej
- × 3/4 szklanka mleka migdałowego
- × 2 płaskie łyżki cukru kokosowego
- × 3 łyżki masła klarowanego
- × szczypta soli

### SKŁADNIKI NA SAŁATKĘ:

- × 1 duża garść roszponki
- × 1 opakowanie sera śmietankowego z czosnkiem
- × 100 g szynki dojrzewającej w plastrach
- × 1 duża brzoskwinia
- × 2 figi (1 łyżeczka masła klarowanego, 2 łyżki gęstego sosu balsamicznego)
- × 8 cm pora (biała część)
- × 2 łyżki płatków migdałowych

### SKŁADNIKI NA DRESSING:

- × 5 łyżek oleju z pestek winogron
- × 2 łyżki octu winnego białego
- × 1 ząbek czosnku
- × 1 łyżeczka miodu
- × 1 garstka listków rozmarynu, oregano i tymianku
- × szczypta soli

### 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