



SAŁATKA Z BRZOSKWINIĄ I SZPINAKIEM

SKŁADNIKI:

Salatka:

- 1/2 opakowania pasty warzywnej z ciecierzycą Z Gruntu Dobre
- 1 garść liści szpinaku
- 5 liści sałaty dębowej
- 2 brzoskwinie ciasteczkowe
- 1 papryka spiczasta
- 3 sezamki
- 1/2 czerwonej cebuli

Dressing:

- 4 łyżki oleju ryżowego
- 1 ząbek czosnku
- 1 łyżka octu winnego
- 1/2 łyżeczki ostrej musztardy
- 1 łyżeczka miodu
- sól i świeżo mielony pieprz

PRZYGOTOWANIE:

1. Czosnek przecisnąć przez praskę, a następnie mieszać z pozostałymi składnikami dressingu do uzyskania sosu o jednolitej konsystencji. Od listków szpinaku oderwać twarde łodyżki. Listki posmarować pastą, zwinąć, tworząc ruloniki, a następnie ostrym nożem przekroić na pół.
2. Paprykę pozbawić gniazda nasiennego, po czym pokroić na plasterki. Brzoskwinie ciasteczkowe pokroić na mniejsze części, np. półksiężyce. Cebulę posiekać w drobną kostkę.
3. Na półmisek wyłożyć podzieloną na mniejsze kawałki sałatę dębową, ruloniki z pastą, paprykę i brzoskwinie. Całość połączyć dressingiem i posypać połamanymi na małe kawałki sezamkami oraz cebulą.



SAŁATKA Z BRZOSKWINIĄ I SZPINAKIEM