



SAŁATKA Z SZYNKĄ I SZPINAKIEM

SKŁADNIKI:

Salatka:

- 1 garść liści szpinaku
- 3 liście sałaty karbowanej
- 1 marchewka
- 1 łyżka oleju rzepakowego
- sól
- suszony tymianek
- 3 plastry Szynki Basiuni Sokolów
- 2 łyżki chrzanu
- 1 łyżeczka majonezu
- 3 ogórki konserwowe
- 6 żółtych pomidorków koktajlowych
- 6 czerwonych pomidorków koktajlowych
- 1/2 pęczka szczypiorku

Dressing:

- 3-4 łyżki oleju rzepakowego
- 1 ząbek czosnku
- 1 płaska łyżeczka miodu
- 1 łyżka białego octu winnego
- sól, świeżo mielony pieprz

PRZYGOTOWANIE:

1. Przygotować sos: czosnek przecisnąć przez praskę i połączyć z pozostałymi składnikami dressingu.
2. Marchewkę pokroić w cienkie plasterki, a następnie podsmażyć na odrobinie oleju rzepakowego. Doprawić do smaku solą i suszonym tymiankiem. Całość dalej smażyć, od czasu do czasu mieszając, aż plasterki ładnie się zarumienią (5-6 minut).
3. Pomidorki koktajlowe przekroić na pół. Ogórki konserwowe pokroić w plasterki. Chrzan połączyć z majonezem. Na desce rozłożyć plastry szynki, po

SAŁATKA Z SZYNKĄ I SZPINAKIEM

- czym posmarować je cienką warstwą sosu, zwinąć w rulony i pokroić w plasterki o szerokości ok. 1 cm. Szczypiorek drobno posiekać.
4. Na półmisek wyłożyć naprzemiennie szpinak, porwaną na mniejsze kawałki sałatę, pomidorki, ogórki oraz marchewkę. Całość połączyć przygotowanym dressingiem. Na składniki wyłożyć ruloniki z szynki. Wierzch sałatki posypać szczypiorkiem.