JARNÍ SALÁT S QUINOOU A ZELENINOVÝMI KULIČKAMI

SLOŽENÍ

4 PORCE | 35 MIN | SNADNÝ

1 balení Garden Gourmet Zeleninové kuličky

200 g quinoa

1 malá červená cibule

1 stroužek česneku

1 vařená červená řepa

50 g rukoly

6 ředkviček

1 pomeranč

1 citron

olivový olej

1 menší svazek kopru

sůl a pepř

Zažijte směs chutí, které tento originální a vegetariánský salát nabízí! Skvěle se hodí k lehkému obědu nebo jako příloha. Salát připravený ze zeleninových kuliček Garden Gourmet, quinoi a osvěžující zeleniny.

PŘÍPRAVA

1. UVAŘTE QUINOU A PŘIPRAVTE SI ZELENINU

Quinou vařte podle návodu na obale přibližně 12 minut do měkka. Scedíme a necháme vychladnout. Řepu nakrájíme na kostičky a ředkvičky na plátky. Nakrájejte cibuli a česnek a orestujte je na trošce oleje dozlatova. Přidejte kostky řepy a krátce je orestujte.

2. SMÍCHEJTE ZELENINU S QUINOOU A NAKRÁJENÝMI POMERANČI

Směs smícháme s quinoou. Oloupeme pomeranč a nakrájíme na kousky.

3. SMĚS S QUINOOU DOCHUTÍME A ORESTUJEME ZELENINOVÉ KULIČKY

Směs s quinoou lehce promícháme s rukolou, pomerančem a ředkvičkami. Dochuťte olivovým olejem, citronovou kůrou, šťávou a solí a pepřem. Osmažte zeleninové kuličky Garden Gourmet, dle návodu na obale.

4. OZDOBTE, PODÁVEJTE A VYCHUTNEJTE SI TENT SKVĚLÝ SALÁT!

Nandejte salát a zeleninové kuličky na talíř a ozdobte koprem. Dobrou chuť!

NEJDĚTE VÍCE RECEPTŮ NA GARDENGOURMET.CZ