

SLOŽENÍ

🍴 2 PORCE

🕒 20 MIN

👤 SNADNÝ

1 balení Garden Gourmet Falafel

200 g quinoa

60 g baby špenátu

80 g cherry rajčat

80 g strouhané mrkve

50 gramy Edamame

10 g dýňových semínek

30 g malin

5 lžic extra panenského olivového oleje

3 lžice jablečného octa

Sůl a pepř

Saláty jsou ideální na jaro/léto, to víme. Ale co takhle ho vyšperkovat přidáním falafelu a jeho podáváním v krásné sklenici? 100% vegan! Vyzkoušejte to!

PŘÍPRAVA

1. Připravte si falafely a quinou

Falafely Garden Gourmet připravte podle návodu na obalu. Quinou uvařte podle návodu na obalu (nebo kupte připravenou).

2. Cherry rajčata rozpůlíme

Cherry rajčata překrojte napůl.

3. Připravte si malinové vinaigrette

Maliny rozmačkejte vidličkou a přidejte olivový olej a ocet. Okořeníme a promícháme.

4. Naskládejte suroviny na sebe a vyzdobte si sklenici!

Nalijte vinaigrette na dno sklenice. Pak naskládejte postupně quinou, vařené edamame, mrkev, falafel a cherry rajčata. Dokončete špenátovými listy a dýňovými semínky. Ihned podávejte.

**NEJDĚTE VÍCE RECEPTŮ NA
GARDENGOURMET.CZ**