
Sałatka z brukselki

Dodano: 2009-03-06 23:28:48

Język: Polski

Odwiedzono: 1609 razy.

1 opakowanie mrożonki "brukselka HORTEX"
20 dag ugotowanej czerwonej fasoli (może być z puszki)
2 cebule
biała część pora
mały pojemniczek kiełków słonecznika
2 łyżki pestek dyni
3 łyżki oliwy
łyżeczka tymianku
pieprz, sól

Wsypać mrożoną brukselkę (bez rozmrażania), ugotować (ale nie rozgotować!), osączyć i wystudzić. Małe główki zostawić, a większe przekrawać na połówki. Cebulę pokroić w półplasterki i udusić na oliwie. Por pokroić na plasterki, starannie wypłukać i osączyć. Kiełki wyłożyć na sitko, przelać wrzątkiem, osuszyć. Fasolę osączyć. Wszystkie składniki wymieszać, doprawić do smaku solą i pieprzem. Taka sałatka może być podana zarówno jako samodzielne danie, jak i dodatek do głównych dań obiadowych.

Nadesłał: Poradnik Domowy - marzec 2006 <>