



całość (4 porcje) 1274 kcal
1 porcja 319 kcal

Sałata z bakłażanem i orzechami laskowymi

Składniki:

50 g masła
bakłażan
100 g orzechów włoskich
1 łyżeczka soli
1 opakowanie mixu sałat

Sos:

3 łyżki białego octu winnego
2 łyżeczki musztardy Dijon
1 szalotka lub cebulka dymka
1/2 łyżeczki soli
6 łyżek oliwy z oliwek
pieprz do smaku

Sposób przygotowania:

Składniki sosu dokładnie wymieszać z drobno posiekaną szalotką. Na blaszce do zapiekania rozpuścić masło, rozłożyć umyte i osuszone bakłażany i orzechy, posypać solą, wymieszać i postawić na grillu. Piec 12–15 minut, aż bakłażany będą złociste.

Na 4 talerzach ułożyć sałatę, a na niej porcję pieczonych bakłażanów i orzechów. Połączyć sosem i gotowe!



POTRAWA
WEGETARIANSKA



POTRAWA
BEZ SOLI



POTRAWA
BEZ KUKURYDZY



POTRAWA
BEZ TŁUSZCZY TRANS



POTRAWA
BEZ JAJEK



POTRAWA
BEZ DROZDZY



POTRAWA
BEZGLUTENOWA