



## SAŁATA Z RUKOLI Z BURAKIEM I SEREM FETA



### SKŁADNIKI NA 4 PORCJE:

- rukola 120 g
- buraki 320 g
- oliwa EV cytrynowa OLLIO 60 ml
- sól w płatkach YOZO 30 g
- tymianek 20 g
- ser feta 80 g
- dynia łuskana COOK BASIC 50 g
- krem balsamiczny orzech-gruszka CARANDINI 100 ml
- oliwa EV CIENTO 100 ml

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Buraki myjemy, nacieramy mieszanką oliwy cytrynowej z solą i tymiankiem. Buraki zawijamy w folię aluminiową i pieczemy w piecu w temperaturze 150°C do miękkości. Następnie buraki obieramy i kroimy na kawałki. Przekładamy do worka, zalewamy kremem balsamicznym i kompresujemy.

Ziarna dyni przesmażamy na suchej patelni.

Buraki układamy na talerzu, dekorujemy listkami rukoli, posypujemy prażonymi pestkami dyni i pokruszonym serem feta.

Sałatę polewamy oliwą.