



Sałatka z jarmużem i ciecierzycą

 2 porcje

 10 minut

Składniki

- 120 g jarmużu, posiekanego
- 40 g ciecierzycy, gotowanej
- 1/2 awokado, obranego i pozbawionego pestki
- 1 rzodkiewka, posiekana
- 1 szalotka, posiekana
- 5 g pietruszki, posiekanej
- 30 g dyni, pokrojonej w kostkę
- 2 g czarnuszki
- 160 ml oliwy z oliwek
- 40 g ciemnego octu winnego
- 10 ml soku z cytryny
- 1 łyżeczka soli morskiej

Przygotowanie

1

Na blaszce do pieczenia umieść 30 g dyni, 10 ml oliwy z oliwek oraz 1 łyżeczkę soli. Całość dokładnie wymieszaj. Piecz w temperaturze 180°C przez 8 minut.

2

Zamocuj ostrze wielofunkcyjne w kielichu do gotowania.

3

Umieść 150 ml oliwy z oliwek, 40 g octu, 1 szalotkę, 10 ml soku z cytryny oraz 1/2 łyżeczki soli. Zamknij pokrywę kielicha.

4

Posiekaj.

5

W misce umieść 120 g jarmużu, 40 g ciecierzycy, 1/2 awokado, 1 rzodkiewkę oraz pieczoną dynię. Całość polej przygotowanym sosem. Całość dokładnie wymieszaj.

6

Podawaj z pietruszką i czarnuszką. Smacznego!