

sałatka z figami i grillowanymi gruszkami



PCHELKA79



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

suszone figi	100 g
gruszki	2 sztuki
sałata karbowana	1 sztuka
rukola	50 g
migdały	50 g
szynka surowa wędzona	4 plastrów
oliwa	3 łyżki
miód spadziowy	2 łyżeczki
ocet balsamiczny	2 łyżki
sól	
pieprz	
feta	50 g

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

- gruszki kroimy wzdłuż na ćwiartki, wycinamy gniazdo nasienne, następnie kroimy w plastry,
- polewamy łyżką oliwy i łyżeczką miodu i octu, smażymy na patelni grillowej kilka minut,
- migdały prażymy na suchej patelni,
- figi zalewamy wrzątkiem na kilka minut,
- sałatę i rukolę myjemy, suszymy i rwiemy na kawałki,
- rozkładamy na talerzach,
- układamy na sałacie gruszki, pokrojone w ćwiartki figi, migdały, pokrojoną w paski szynkę, posypujemy pokruszonym serem,
- z oliwy, miodu, octu, soli i pieprzu robimy dressing, polewamy sałatkę