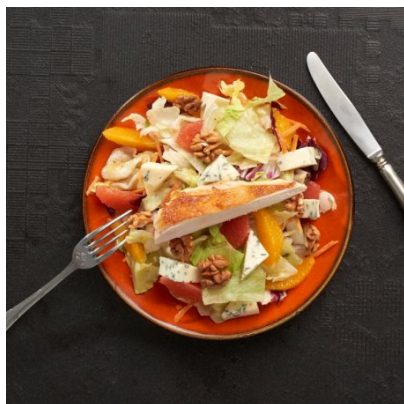


Na diecie: Sałatka California z owocami i serem pleśniowym



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

Lista składników

Sałata Eisberg California Mix	1 opakowanie
pomarańcza	1 sztuka
grejpfrut czerwony	1 sztuka
gruszka	1 sztuka
ser pleśniowy	100 gramów
pierś z kurczaka	200 gramów
orzechy włoskie	3 łyżki
Sól morską jodowaną drobnoziarnistą Prymat	do smaku
Pieprz czarny mielony Prymat	do smaku

Sos:

Sos sałatkowy grecki ziołowo-czosnkowy Prymat	1 opakowanie
woda	4 łyżki
oliwa	4 łyżki
musztarda	1 łyżka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Przygotować składniki.
- KROK 2 Zawartość opakowania sosu sałatkowego łączymy z wodą, oliwą z oliwek oraz musztardą. Dokładnie mieszamy i odstawiamy na 10 minut.
- KROK 3 Mix sałat wsypujemy do wysokiej miski i mieszamy z sosem sałatkowym.
- KROK 4 Pomarańczę i grejpfruta obieramy i filetuujemy.
- KROK 5 Gruszkę kroimy w ćwiartki, a ser pleśniowy oraz ugrillowane lub wędzone mięso z kurczaka w kostkę. Wszystko dodajemy do mixu sałat, mieszamy. Przed podaniem posypujemy rozdrobnionymi orzechami włoskimi.