

Lekka sałatka z komosą ryżową



KATARZYNA59



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

quinoa	150 g
woda	1 szkl
ogórek	1 szt
kukurydza w puszcze	1/2 puszki
pomidorki koktajlowe	6 szt
pomidory	6 szt (żółte)
oliwa	1,5 łyżki
sok z cytryny	1 łyżeczka
sól	
pieprz	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

1. Komosę ryżową zalewam wodą i gotuję około 20 minut cały czas mieszając. Odstawiam do przestudzenia. Pomidorki przekrawam na pół. Ogórka obieram i kroję w plasterki. Kukurydzę odsączam z zalewy.
2. Wszystkie przygotowane składniki sałatki delikatnie ze sobą mieszam.
3. Oliwę z oliwek mieszam z sokiem z cytryny, solą oraz pieprzem. Przygotowanym sosem polewam sałatkę.