

Salatka z kaszy gryczanej na gorąco



ILONAALBERTOS



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

kasza gryczana	2 szklanki
papryka czerwona	2 strąki
kukurydza	1/2 puszki
seler naciowy	2 łodygi
cebula	1 sztuka
rodzynki	5 dag
oliwa	2 łyżki
natka pietruszki	2 łyżki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Papryki należy umyć, pozbawić je gniazd nasiennych, następnie pokroić je w kostkę. Łodygi selera umyć, oczyścić z włókien i pokroić w cienkie plasterki. Cebulę obrać z łupinek i drobno posiekać. Kaszę gryczaną ugotować na sypko, pod koniec gotowania dodać do niej paprykę, cebulę i selera. Całość gotować przez 5 minut i zdjąć z ognia, odcedzić. Dodać odsączoną z zalewy kukurydzę i sparzone rodzynki, wszystko polać oliwą wymieszaną z solą i pieprzem. Posypać posiekaną natką pietruszki. Podawać na gorąco.