



SAŁATA Z RUKOLĄ, ORZECHAMI, PAPRYKĄ I SOSEM SALSA VERDE

Przygotowanie:

Na talerz wyłóż mieszankę sałat oraz rukolę. Paprykę posiekaj w paski, cebulę w piórka, pomidorki pokrój w półowki. Na suchej patelni upraż orzechy włoskie, pod koniec prażenia dodaj również migdały. Na sałatę z warzywami wyłóż pokrojony w kostkę ser oraz migdały z orzechami.

Składniki:

1 opakowanie **Mieszanki sałat Fit&Easy Active**
1 mała czerwona cebula
4 łyżki orzechów włoskich
2 łyżki płatków migdałów
100 g sera korycińskiego lub cheddara
Garść rukoli
12 pomidorków koktajlowych
1 papryka

Sos Salsa Verde:

10 łyżek oliwy z oliwek
Po pół garści bazylii, natki pietruszki i mięty
1 duży ząbek czosnku
Kilka kaparów
Odrobina świeżej posiekanej papryczki chili
Łyżka soku z cytryny
Sól, pieprz
Ewentualnie łyżka musztardy Dijon