



Sałata z truskawkami, tofu i ser pleśniowy

Steps: 7

Poziom trudności: Łatwo

Składniki

4 Porcje

2 lub 4 sztuki	Sałata rzymska baby	2 garście	Szpinak baby
2 garście	Rukola	2 garście	Truskawki
1/2 kostki	Tofu	1 garść	Ser pleśniowy
1 garść	Kiełki lucerny	6 łyżek	Olej z pestek dyni
	Miód do skropienia		Sok z cytryny do skropienia
	Pestki z dyni do posypania		Sól, pieprz do smaku

Sposób przygotowania:

1. Truskawki umyj i pokrój w ćwiartki.
2. Sałatę rzymską opłucz i również pokrój w ćwiartki.
3. Listki szpinaku przebierz, delikatnie opłucz i osusz na papierowym ręczniku. Identycznie postąp z rukolą.
4. Tofu pokrój w kostkę, a ser pleśniowy w trójkąty.
5. Wszystkie składniki ułóż w miseczce lub na talerzu do sałat. Następnie skrop olejem z pestek dyni, sokiem z cytryny oraz miodem.
6. Dopraw do smaku przyprawami.
7. Całość posyp kiełkami i pestkami dyni.

Sałata z truskawkami, tofu i ser pleśniowy

Stand 21.11.2023