



Tekst i zdjęcie: **pasja** - Kuchcik (91)

Ekscytująca przystawka

Jest to sałatka. Można tworzyć wiele jej odmian ze składnikami ulubionymi. Moja propozycja jest taka:

Czas przygotowania: do 15 min

Stopień trudności: Łatwe

Składniki:

- sałata, 0 uncja
- rukola , 0 uncja
- szynka parmeńska, 150 dag
- suszone pomidory, 0 uncja
- oliwka czarna, 0 uncja
- oliwa z oliwek, 0 łyżk.
- ocet balsamiczny, 0 uncja
- słonecznik, 0 łyżk.
- dynia, 0 łyżk.
- feta, 0 uncja

Sposób przygotowania:

Na dużym płaskim talerzu najlepiej prostokątnym lub kwadratowym rozkładamy umytą sałatę najlepiej tę kolorową. Jak liście są wielkie rwiemy je, ale nie za drobno. Następnie układamy rukolę/umytą oczywiście i wzsuszoną. Kolejna czynność-rwiemy i rozrzucamy szynkę parmeńską. suszone pomidory kroimy w cząstki i rozrzucamy na talerzu, osączone z soku oliwki czarne bez pestek rozrzucamy. Fetę kruszymy na sałatce tak jakby śnieg ją opruszył. Następnie zlewamy sałatkę dobrą oliwą z oliwek, posypujemy ziarnem prażonym i polewamy balsamico jak na zdjęciu. Sałatka może stanowić oddzielne danie, smakuje dobrze z winem. Może też być dodatkiem do mięs. Jest doskonała i dobrze się prezentuje. Jej inną wersję robię z podpiekanym bocykiem w piekarniku/zastępuję nim szynkę parmeńską.

