

JESIENNA SALATKA Z CYKORII

Przepis dodany przez użytkownika domciak

dla fanów cykorii

Ilość porcji: 1-2

Stopień trudności: bardzo łatwe

Potrzebne składniki:

- 300 g cykorii -
- 1 winne jabłko -
- 1 różowy grejpfrut -
- 2 pomarańcze -
- 1 łyżka soku cytrynowego -
- 1 łyżka łuskanych orzechów włoskich -
- 1 łyżka rodzynek -
- kilka migdałów -
- 3 łyżki oliwy -
- łyżka soku cytrynowego -
- łyżeczka cukru -
- sól. -

Etapy przyrządzania:

1. Cykorie oczyszczamy, odcinamy gorzki miąższ u nasady korzenia, szybko myjemy, osączamy, dzielimy na pojedyncze listki. Każdy listki przecinamy na poł. Wszystkie owoce myjemy. Jabłko kroimy na 16 części, usuwamy pestki, skrapiamy sokiem cytrynowym by nie ściemniało. Pomarańcze i grejpfrut obieramy i wycinamy części. Rodzinki myjemy, namaczamy w przegotowanej wodzie. Migdały sparzamy, obieramy ze skorki. Orzechy kruszymy. Przygotować sos. Rozcieramy cukier i sól z sokiem cytrynowym. Dodajemy oliwę, mieszamy. Do sosu dodajemy osączone rodzinki i pokruszone orzechy. Do salaterki wkładamy cykorie, jabłka, części pomarańczy i grejpfruta. Mieszamy, zalewamy sosem, wstawiamy do lodówki. Przed podaniem posypujemy migdałami.

Smacznego!