

Салат с тыквой и медовой заправкой

20–30 Мин.

Ингредиенты 4 Порции

= Kotányi Produkte

600 г	Тыква
3 ст.л.	Оливковое масло
180 г	Шпинат
120 г	Козий сыр
400 г	Белая фасоль
0.5 шт.	Красный лук
3 ст.л.	Тыквенные семечки
1 ст.л.	Приправа для овощей и грибов на углях

Для заправки:

1 ст.л.	Мед
1 шт.	Лимон (сок и цедра)
60 мл	Оливковое масло
2 ст.л.	Тыквенное масло
По вкусу	Соль морская
По вкусу	Перец черный молотый

Способ приготовления

1. Заранее разогрейте духовку до 200°C. Вымойте тыкву, разрежьте ее пополам и удалите семена. Нарежьте ее кубиками 3x3 см и выложите на лист, застеленный фольгой. Добавьте оливковое масло, приправу для овощей и перемешайте. Поставьте в духовку и запекайте 15 минут.
2. В это время вымойте шпинат. Натрите козий сыр и подсушите белую фасоль на салфетке. Нарежьте лук кольцами, а также слегка поджарьте тыквенные семечки на сухой сковороде.
3. Для заправки добавьте все ингредиенты в миску и хорошо перемешайте. В тарелку для подачи выложите шпинат, сыр, фасоль и красный лук, полейте овощи заправкой и осторожно перемешайте.
4. Немного остудите тыкву, выложите ее на салат и еще немного полейте заправкой. Украсьте семечками и наслаждайтесь! Приятного аппетита!