



Saláta sütőtökkel, lencsével és kecskesajttal

🕒 30—40 Perc 🍴 🍴 🍴

Elkészítés

- 1 Melegítsd fel a sütőt 180 fokra. Mosd meg és hámozd meg a sütőtököt (ha hokkaidót használasz, a héját is megeheted). Vágd a sütőtököt 1,5 cm széles szeletekre, és tedd át egy tálba. Fűszerezd Kotányi kurkumával, chilivel, sóval, ecettel és 1 evőkanál olajjal.
- 2 A sütőtököt tedd át egy sütőpapírral bélelt lapra, és süsd 20 percig. Hagyd a megsült sütőtököt 10 percig hűlni.
- 3 Mosd meg a kelkáposztát, önts rá 1 evőkanál olajat és sót, majd dörzsöld a kezddel az olajat és a sót a kelkáposztába, hogy megpuhuljon. A hagymát vágd félhold alakúra, a diót pedig pirítsd meg kis lángon, és vágd durvára.
- 4 Add hozzá a kelkáposztát, a lencsét, a hagymát és a sütőtököt a tálhoz, és keverd össze. Keverd össze az öntet összes hozzávalóját, öntsd a salátára, végül add hozzá a kelkáposztát.

Összetevők 2 fő részére

🍴 = Kotányi Produkte

250 g	Hokkaido tök
2 ek	Olaj
0.5 tk	🍴 archive: Kurkuma répával, gyömbérrel és más finom ízekkel
0.25 tk	🍴 Chili Peperoncini, egész
0.5 tk	🍴 Tengeri só, durva szemű
1 tk	Balzsamecet
100 g	Fodros kel
120 g	Kecskesajt
200 g	Lencse főzve
0.5 fej	Lilahagyma
Ek	Dió

Az öntethez:

2 ek	Olívaolaj
1 ek	Balzsamecet
1 ek	Juharszír
1 csipet	🍴 Tengeri só, durva szemű
1 csipet	🍴 Tarkabors, egész

