

Sałatka z komosy ryżowej i dyni

30—40 Min

Przygotowanie

1. Pokrój dynię i cebulę w drobną kostkę, usmaż na patelni z niewielką ilością oliwy z oliwek. Dopraw solą Kotányi, pieprzem i 1/2 łyżeczki czosnku granulowanego ekologicznego i dobrze wymieszaj.
2. Pod koniec smażenia dodaj 2 garście szpinaku baby i pomieszaj.
3. Ugotuj komosę ryżową zgodnie z instrukcją na opakowaniu.
4. Wyciągnij pestki z granatu i pokrój fetę na cienkie plasterki.
5. Zmieszaj komosę ryżową z dynią i innymi warzywami, udekoruj sałatkę pestkami granatu i fetą.

Składniki - Ilość osób: 4

= Kotányi Produkte

250 g	Komosa ryżowa
0.5 szt.	Dynia hokkaido
1 szt.	Granat
1 szt.	Cebula
1 op.	Feta
1	Szpinak baby, garść
0.5 łyżeczki	Czosnek granulowany
1 szczypta	Sól Morska gruboziarnista jodowana
1 szczypta	Pieprz Czarny mielony