



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 Produkty

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

