

Sałatka zimowa z czerwoną kapustą, marchewką i jabłkiem

10–20 Min

Przygotowanie

1. W pierwszym kroku obierz i zetrzyj marchewkę oraz kapustę. Jabłko również umyj, oczyść i pokrój w słupki. Następnie posiekaj orzechy włoskie i umyj szpinak. Do słoiczka włóż wszystkie składniki dressingu i wymieszaj.
2. Teraz do dużej miski włóż kapustę, jabłko, granat, marchewkę i szpinak, polej dressingiem i wszystko wymieszaj. Następnie posyp orzechami włoskimi i podawaj.

Składniki - Ilość osób: 2

= Kotányi Produkte

300 g	Kapusta czerwona
2 szt	Marchew
1 szt	Jabłko
50 g	Szpinak sałatkowy typu "baby"
0.5 szt	Granat
20 g	Orzechy włoskie

Na dressing

30 ml	Oliwa z oliwek
0.5 szt	Cytryna (wyciśnięty sok)
0.5 łyżeczki	Musztarda
1 łyżeczka	Miód
0.5 łyżeczki	Sól Morska jodowana
1 szczypta	Pieprz Czarny mielony
1 szczypta	Imbir mielony
0.5 łyżeczki	Pietruszka zielona cięta
0.5 łyżeczki	Oregano otarte