



przepisy.pl

## Pieczona marchew z pasternakiem i ciecierzycą



 20 minut  4 osoby  Łatwe

### Składniki:

- marchew - 500 gramów
- pasternak - 500 gramów
- orzechy nerkowca - 100 gramów
- ciecierzycza z puszki - 400 gramów
- natka kolendry - 1 pęczek
- daktyle - 100 gramów
- Przyprawa Garam Masala Knorr** - 3 łyżki
- strąk papryczki chili czerwonej - 1 sztuka
- imbir kłacz - 4 cm
- oliwa z oliwek - 3 łyżki
- miód - 2 łyżki
- pomarańcza - 1 sztuka
- limonka - 2 sztuki
- kolba cykorii - 3 sztuki
- sól - 2 szczypty

[Zamów świeże składniki z dostawą do domu do wybranych przepisów. Sprawdź.](#)

### Sposób przygotowania:

1. Marchewki i pietruszkę obierz i pokrój w grubą kostkę o wielkości ok. 2 cm.
2. Zetrzyj na tarce imbir, posiekaj chili, a daktyle przekrój na pół. Wyciśnij sok z pomarańczy oraz z jednej limonki. Z limonki otrzyj skórkę. Posiekaj natkę kolendry.
3. Do warzyw dodaj miód, połowę soku z limonki, 2 łyżki przyprawy Garam Masala Knorr, połowę startego imbiru i połowę chili. Całość dokładnie wymieszaj. Warzywa rozłóż na blaszce do pieczenia wyłożonej pergaminem. Piecz 30 minut w temperaturze 190°C, uważając, aby się nie przypaliły. Następnie ostudź warzywa. W piekarniku upraż na złoty kolor orzechy nerkowca.
4. Do warzyw dodaj oliwę, sok z pomarańczy, pozostały sok z limonki i otartą z niej skórkę, kolejną łyżkę przyprawy Garam Masala Knorr, pozostałą część imbiru, chili, ugotowaną ciecierzycę z puszki, posiekaną natkę kolendry, daktyle oraz orzechy. Całość dokładnie wymieszaj. W razie potrzeby sałatkę dopraw do smaku szczyptą soli.
5. Liście cykorii rozdziel, umyj i osusz. Nakładaj porcję sałatki na liście cykorii. Danie układaj na okrągłym talerzu.

---

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego [www.przepisy.pl](http://www.przepisy.pl). Znajdź nas na Facebooku [www.facebook.com/przepisypl](https://www.facebook.com/przepisypl)