



przepisy.pl

## Chrupiąca sałata z burakami i mandarynką



 25 minut  3 osoby  Łatwe

### Składniki:

#### na sałatkę

- buraki - 360 gramów
- sałata lodowa - 200 gramów
- rukola - 100 gramów
- mandarynki - 130 gramów
- ogórek zielony - 180 gramów
- nasiona z dyni - 2 łyżki

#### na sos

- olej rzepakowy - 3 łyżki
- woda - 3 łyżki
- Sos sałatkowy francuski Knorr** - 9 gramów

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

### Sposób przygotowania:

1. Buraki ugotuj w łupinkach na półtwardo, wystudź i obierz. Pokrój w cienkie plasterki.
2. Sałatę lodową porwij i wrzuć razem z rukolą lub roszponką do miski. Dodaj buraki, mandarynkę podzieloną na części oraz zielonego ogórka pokrojonego w plasterki.
3. Przygotuj sos zgodnie z instrukcją na opakowaniu, dodając do opakowania sosu sałatkowego Knorr, 3 łyżki oleju i 3 łyżki wody. Całość wymieszaj i odstaw na 10-15 minut.
4. Całość polej przygotowanym sosem i wymieszaj. Posyp podprażonymi na suchej patelni pestkami dyni.

---

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)