



przepisy.pl

Sałatka warzywna z amarantusem



 25 minut  3 osoby  Łatwe

Składniki:

- amarantus - 200 gramów
- oliwa - 80 mililitrów
- ząbek czosnku - 1 sztuka
- natka pietruszki - 1 pęczek
- Naturalnie Smaczne Sos sałatkowy Włoski z suszonymi pomidorami Knorr** - 1 opakowanie
- cytryna - 1 sztuka
- ogórek - 1 sztuka
- czerwona papryka - 1 sztuka
- czerwona cebula - 1 sztuka
- pomidorki koktajlowe - 250 gramów

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

Sposób przygotowania:

1. Amarantusa ugotuj według wskazówek na opakowaniu producenta. Następnie odcedź, wystudź pod zimną wodą i przełóż do dużej miski.
2. Czosnek rozgnieć. Natkę pietruszki posiekaj. Cebule, ogórka oraz paprykę pokrój w paseczki. Z cytryny zetrzyj skórkę i wyciśnij sok. Pomidorki przekrój na pół.
3. W miseczce wymieszaj oliwę, otartą skórkę oraz sok z cytryny, czosnek, natkę pietruszki z trzema łyżkami wody i sosem sałatkowym Knorr.
4. Przełóż wszystkie warzywa do miski z amarantusem, dodaj przygotowany sos i lekko wymieszaj. Podawaj np. z listkami świeżego szpinaku na wierzchu.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl