



przepisy.pl


## Sałatka z kaszy pęczak



### Składniki:

- kasza pęczak - 80 gramów
- ugotowany burak - 4 sztuki
- rukola - 300 gramów
- nasiona słonecznika - 4 łyżki
- oliwa z oliwek - 4 łyżeczki
- Kminek z Polski Knorr** - 4 łyżeczki

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

 0 minut  4 osoby  Łatwe

### Sposób przygotowania:

1. Kaszę ugotować według instrukcji na opakowaniu.
2. Buraka należy ugotować lub upiec. Następnie pokroić w drobną kostkę.
3. W odrębnym naczyniu wymieszać: ugotowaną kaszę, pokrojonego buraka, rukolę i oliwę z oliwek. Całość posypać przyprawą Kminek z Polski i nasionami słonecznika.

---

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)