



przepisy.pl

Sałatka z rukoli ze szparagami i truskawkami



 30 minut  6 osób  Łatwe

Składniki:

- rukola - 200 gramów
- białe szparagi - 1 pęczek
- Sos sałatkowy Naturalnie smaczne Truskawkowy Knorr - 1 opakowanie**
- cytryna - 2 sztuki
- cukier - 2 łyżki
- oliwa z oliwek - 3 łyżki
- truskawki - 100 gramów
- szynka parmeńska - 200 gramów
- ser parmezan - 100 gramów
- krem balsamiczny do podania

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

Sposób przygotowania:

1. Szparagi obierz, przekrój wzdłuż i pokrój w kawałki o długości 3 cm. Ugotuj w wodzie z cukrem i solą. Wystudź.
2. Wyciśnij sok z dwóch cytryn i podziel go na dwie części. Do jednej części soku dodaj szklankę wody i dwie łyżki cukru, a następnie w powstałej w ten sposób zalewie umieść ugotowane szparagi na co najmniej jeden dzień. Drugą część soku połącz z oliwą i sosem sałatkowym.
3. Szynkę parmeńską pokrój w paseczki, przełóż ją na tacę z pieca wyłożoną pergaminem i wstaw do nagrzanego do 160 °C piekarnika na około 10 minut.
4. Ser parmezan pokrój w cienkie plasterki i pokrusz, a truskawki przetnij na pół.
5. Rukolę, truskawki i marynowane szparagi wymieszaj z dresingiem. Przełóż do miski i posyp uprażonymi kawałkami szynki, następnie serem parmezan, a na koniec polej z wierzchu kremem balsamicznym.

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