



SAŁATKA NA BAZIE RUKOLI Z MELONEM, GRUSZKĄ I ORZECHAMI WŁOSKIMI

Przygotowanie:

Na talerz wyłożyć rukolę, dodać pokrojone w kostkę owoce. Polać dressingiem i dodać grubo posiekane orzechy.

Składniki:

Rukola Fita&Easy - garść

Melon - ½ szt.

Gruszka - 1 mała szt.

Orzechy włoskie

Dressing:

oliwa z oliwek z pierwszego tłoczenia + sok z cytryny + prawdziwy pszczele miód + świeży rozmaryn