



WIOSENNA SAŁATA W TALERZYKACH Z TORTILLI

Przygotowanie:

Tortille umieść w formie na babkę i zapiecz w piekarniku 180°C ok 5-10 minut. Szparagi umyj, przetnij na 3 równe części i gotuj w osolonym wrzątku ok 3 minut. Pieczarki umyj, przekrój na ćwiartki i pobsmaż na maśle wymieszonym z olejem, posól i posyp pieprzem. Do miski wsyp szpinak lub mix sałat, pomidorki koktajlowe, cebulę pokrojoną w krążki, odcedzone szparagi, pieczarki, porwaną mozzarellę. Całość wymieszaj i napętniaj miseczki tortilli. Z oliwy z oliwek, soku z cytryny i skórki zrób sos winegret. Doraw do smaku i podawaj w osobnym naczyniu.

Przepis i zdjęcie pochodzi ze strony azgotuj.blogspot.com

Składniki:

4 tortille
25 dkg pieczarek
Maso
Olej
Mieszanka sałat Fit&Easy lub Szpinak Fit&Easy
Pęczek szparag
Mozzarella
Kilka pomidorków cherry
Czerwona cebula lub szalotka
Sok z cytryny
Oliwa z oliwek
Sól i pieprz
Otarta skórka z cytryny
Nasiona pestek dyni