

Pyszna brukselka

data aktualizacji: 2020.11.04 autor: Redakcja



Składniki:

Pieczona brukselka:

- 600 g brukselki
- 600 g czerwonych winogron bez pestek
- 2 łyżki oliwy
- kilka gałązek tymianku
- sól i pieprz do smaku
- 2 łyżki octu balsamicznego

Sałatka z kapusty:

- 3 łyżki soku z cytryny
- 2 łyżki miodu
- 2 łyżeczki musztardy Dijon
- szczypta chilli w proszku
- 60 ml oliwy extra vergine
- 2 ząbki czosnku

- oliwa do smażenia
- 500 g czerwonej kapusty
- 100 g brukselki
- 1/2 szklanki orzeszków piniowych (podprażonych na suchej patelni lub w piekarniku)
- 2 garści suszonej żurawiny

Sposób przygotowania:

Przyrządzamy pieczoną brukselkę: rozgrzewamy piekarnik do 230 st. Oczyszczone główki brukserek kroimy na połówki lub ćwiartki. Łączymy z pozostałymi składnikami (poza octem balsamicznym) i układamy na blasze. Pieczemy 20 minut. Po wyjęciu z piekarnika mieszamy z octem balsamicznym. Robimy sos do sałatki, mieszając sok z cytryny, miód, musztardę, chilli i oliwę. Doprawiamy do smaku solą i pieprzem. Czosnek drobno siekamy, krótko podsmażamy na odrobinie oliwy. Łączymy z sosem.

Przyrządzamy sałatkę: czerwoną kapustę i brukselkę szatkujemy, łączymy z orzeszkami i żurawiną. Zalewamy sosem i delikatnie mieszamy. Układamy na półmisku, na wierzchu sałatki kładziemy pieczoną brukselkę oraz winogrona.

Źródło: <https://eglos.pl/aktualnosci/item/37334-pyszna-brukselka>