

Teplý kuskusový salát s pečenou dýní

Počet porcí: 4

Doba přípravy: 30 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Předehřejeme troubu na 180°C.

Dýni hokaido a cibuli nakrájíme na měsíčky, potřeme olejem a dáme na dvacet minut péct do trouby. Kuskus připravíme podle návodu. Ještě zatepla promícháme upečenou zeleninu s kuskusem, fazolemi, které jsme slili a dresinkem, který získáme důkladným prošleháním všech surovin (2 lžíce oleje, 1 lžička hrubozrnné hořčice, 1 lžíce medu a 2 lžíce citrónové šťávy). Nakonec přidáme rukolu nebo polníček, posypeme nadrobenou balkánem a dýňovými semínky opraženými nasucho na pánvi.

Ingredience

- **Cibule volná** - 60 g
- **Dýně Hokkaido** - 400 g
- **Citróny** - 20 g
- **Olivový olej** - 30 g
- **Fazole červené v sladkokyselém nálevu 420 g** - 150 g
- **Balsýr 200 g** - 100 g
- **Hořčice orientální 340 g** - 5 g
- **ARAX Kuskus kukuřičný 320 g** - 150 g
- **Rukola praná** - 80 g
- **Včelí med luční 250 g** - 10 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

CELIATICA.CZ

VÁŠ SEZNAM ONLINE

