Salată cu sparanghel, zmeură și dressing de rodie



TIMP DE PREPARARE:
10 min

PORȚII: 4 persoane

NIVEL: ușor

INGREDIENTE (pentru 4 persoane)

Salata
- 500 g sparanghel
- 125 g salată
- 75 g rucola
- 150 g zmeură
- 200 g mozzarella (biluțe mici)
- Busuioc proaspăt
- Sare și piper
- 1 rodie
- Sare

Dressing
- Sucul de la o rodie
- 2 linguri ulei de măsline
- 1 lingură apă
- 1 lingură oțet de vin alb
- Piper

METODĂ DE PREPARARE

1. Puneți o cratită cu apă pe aragaz, adăugați un praf de sare și fierbeți. Se fierbe sparanghelul timp de 3 minute, apoi se scurge și se răcește sub apă rece.
2. Tăiați rodia în jumătate și colectați sucul într-un castron. Puneți semințele deoparte. Amestecați uleiul cu sucul de rodie, oțetul de vin alb, Zùsto și apă. Asezonați cu piper.
3. Amestecți sparanghelul răcit cu rucola și salata.
4. Adăugați zmeura și mozzarella.
5. Se condimentează cu sare, piper și frunze proaspete de busuioc.
6. Terminați cu dressingul și semințele de rodie.

Sfat: o felie de pâine, niște biscuiți sau ceva similar sunt un plus gustos la acest fel de mâncare.

Poftă bună!