

## Wiosenna sałatka ze szparagami i kozim serem



Składniki

Opis wykonania

Pęczek czosnku  
niedźwiedziego  
12 głównek szparagów  
5 ząbków czosnku  
Trochę oliwy do smażenia  
10 dkg kiełbasy chorizo  
1/2 kostki bałkańskiego,  
koziego sera feta  
4 małe pomidory  
malinowe  
Mix ulubionych sałat  
1/2 szklanki maślanki  
1/4 szklanki soku z  
limonki  
2 ząbki czosnku  
1 kieliszek oliwy

Idealna, lekka sałatka. Takie szybkie przekąski są pyszne i zdrowe!

Gdy za oknem robi się coraz cieplej, coraz chętniej sięgamy po świeże warzywa. Masz chęć na wiosenne bogactwa? Spróbuj sałatki z czosnku niedźwiedziego, szparagów i koziego sera.

Opis przygotowania:

Na patelni, na małym ogniu podsmaż chorizo, a następnie przełóż je na sitko.

Odlany tłuszcz ponownie umieść na patelni i podsmaż na bardzo małym ogniu cienkie plastry czosnku. Gdy czosnek się zrumieni przerzuć go na papier, aby ostygł i zamienił się w chipsy.

Olej z patelni wlej do malaksera i wraz z podsmażoną kiełbasą miksuj, aż uzyskają konsystencję piasku. Czosnek niedźwiedzi porwij i połącz z sałatami, przekrojonymi wzdłuż główkami szparagów i kawałkami pokrojonego pomidora.

Wszystko posyp pokruszonym serem i ponownie wymieszaj..

Maślanekę wymieszaj z czosnkiem, cytryną i oliwą. Polej sałatkę i całość posyp czosnkiem oraz piaskiem z chorizo.

TIP

Liście czosnku możesz usmażyć w cieście i poddać obok sałatki.

Do sałatki możesz dodać również sezonowe owoce.

Dobrym sposobem na przechowywanie czosnku niedźwiedziego jest zamknięcie go w szczelnym słoiku lub naczyniu próżniowym i schowanie do lodówki.

Czosnek niedźwiedzi rośnie na zboczach większości nasłonecznionych lasów, więc możesz samodzielnie go zebrać.

Gotując zielone szparagi do wody zawsze dodawaj cukru. Dzięki temu staną się bardziej jędrne i zachowają piękny, zielony kolor.

Świeżych szparagów nie gotuj, a jedynie smaź lub jedz na surowo.