



Jesienna sałatka z grillowaną dynią i figami

Autor: najlepszewkuchni.pl

Danie: **Sałatki,**

Osób: **4**

Czas: **Do 30 min**

Poziom trudności: **Łatwe**

Przygotowanie

Krok 1

Dynię umyj w zimnej wodzie (nie obieraj ze skórki) i pokrój na plastry o grubości ok. 1 - 1,5 cm.

Krok 2

Rozgrzej patelnię grillową i posmaruj ją olejem. Przełóż plastry dyni i grilluj z dwóch stron przez ok. 5 minut, aż zrobi się miękka. Figi umyj i pokrój na ćwiartki.

Krok 3

Przygotuj sos: do kubka lub niewielkiej miski wlej ocet balsamiczny, sok z pomarańczy, miód oraz oliwę. Zblenduj do połączenia składników i dopraw do smaku solą i pieprzem.

Krok 4

Do miski przełóż mix sałat, dodaj grillowane plastry dyni, pokrojone figi, ziarenka granatu oraz orzechy włoskie.

Krok 5

Oblej sosem, wymieszaj i odstaw na 10 minut, aby składniki sałatki nasiąkły sosem. Podawaj ze świeżym pieczywem. Smacznego!

Składniki:

500 g dyni hokkaido

4 dojrzałe figi

1 opakowanie mixu sałat (120 g)

4 łyżki octu balsamicznego

4 łyżki świeżo wyciśniętego soku z pomarańczy

1 łyżka płynnego miodu

4 łyżki oliwy z oliwek

sól, pieprz do smaku

garść orzechów włoskich

garść ziarenek granatu

1 łyżka oleju do smażenia