



Niebanalna sałatka z tuńczykiem

Autor: Just a SALAD

Danie: **Sałatki,**

Osób: **2**

Czas: **Do 30 min**

Poziom trudności: **Łatwe**



Wanie

KRUCHY SPÓD

Łączymy ze sobą wszystkie składniki na kruchy spód i zagniatamy do uzyskania gładkiego ciasta. Masę wkładamy do zamrażalnika na około 15 min. 2 naczynia żaroodporne (16,5 cm x 13 cm) wykładamy papierem do pieczenia, a następnie wypełniamy dno równomiernie rozwałkowanym ciastem. Kruche spody pieczemy w temperaturze 190 stopni C (grzanie górą-dół) przez około 25 min.

MASA ŚMIETANKOWA Z CURRY

Serek śmietankowy łączymy z curry oraz syropem z agawy.

SAŁATKA

Ananasa obieramy i kroimy w paseczki. Paprykę oczyszczamy z gniazda nasiennego i kroimy w kosteczkę. Cebulę kroimy w piórka. Tuńczyka wyjmujemy z puszki i dokładnie odciskamy z oleju. Kruche spody pokrywamy serkiem, a następnie układamy na nich naprzemiennie: skropioną olejem rukolę, tuńczyka, ananasa, cebulę, paprykę oraz pestki słonecznika.

Wskazówki

Mąkę jaglaną można zastąpić mąką pszenną, a ananasa baby zwykłym lub z puszki.

KRUCHY SPÓD

- 180 g mąki jaglanej
- 110 g schłodzonego masła łaciate
- 1 jajko „S”
- 1 szczypta soli
- 1 szczypta chili w proszku

MASA ŚMIETANKOWA CURRY

- 3 łyżki łaciatego serka śmietankowego puszystego naturalnego
- 1 płaska łyżeczka przyprawy curry
- 1/2 łyżeczki syropu z agawy

SAŁATKA

- 1 garść rukoli (oliwa z oliwek, sól, świeżo mielony pieprz)
- 1 nieduża papryka spiczasta
- 140 g tuńczyka z puszki w oleju (kawałki, po odcieku)
- 1 papryka spiczasta
- 1 ananas baby
- 2 łyżki prażonych, solonych pestek słonecznika
- 2 łyżki pestek słonecznika
- 1/2 cebuli czerwonej