



Sałatka z dorsza z ziemniakami, pieprzem i pomarańczą

Autor: najlepszewkuchni.pl

Połączenie ryby, ziemniaków i pomarańczy jest możliwe. Wypróbowaliśmy je w naszej pysznej sałatce, która potrafi nasycić i dostarczyć wartościowych składników odżywczych z produktów, z których się składa oraz zaskoczyć smakiem i oryginalnością.

Przygotowanie

Krok 1

Aby szybko i sprawnie wykonać sałatkę musimy odpowiednio rozłożyć przygotowywanie poszczególnych składników w czasie. Najpierw obieramy, kroimy na drobne części ziemniaki i wrzucamy je do osolonej, wrzącej wody na około 20 minut.

Krok 2

Nastawiamy piekarnik na 200 stopni. Po 10 minutach gotowania ziemniaków, wstawiamy do piekarnika rybę. Dorsz będzie szybko gotowy w takiej wysokiej temperaturze i zachowa swoją soczystość.

Krok 3

Teraz wystarczy odcedzić ziemniaki, dodać do nich upieczone i rozdrobnione polędwiczki oraz szpinak. Kiedy te składniki znajdują się razem w misce wystarczy pokroić paprykę, wykrawając z niej środek, obrać i rozdrobnić pomarańcze.

Krok 4

Całość mieszamy ze sobą, przyprawiamy zmielonym i dekorujemy niezmielonym pieprzem.

Danie: **Kolacja, Sałatki,**

Osób: **4**

Czas: **Do 30 min**

Poziom trudności: **Łatwe**

Składniki:

5 ziemniaków

2 duże pomarańcze

1 czerwona papryki

1 opakowanie szpinaku

Pieprz

2 polędwiczki z dorsza