Салат из редьки, тыквы, дайкона и редиски с зёрнами граната

Автор: Мухаббат
12.10.2012 11:09 - Обновлено 12.10.2012 11:10



Освежающий, слегка ядрёный и весьма полезный салат, в пору авитаминоза самое то!

ИНГРЕДИЕНТЫ:

200 гр. зелёной редьки

200 гр. дайкона

200 гр. тыквы

7-8 шт. редиса

1 кисло-сладкий гранат

щепотка сахара или 0,5 ч.л. мёда

соль

молотый чёрный перец

2 ст.л. лимонного сока

2 ст.л. оливкового масла (можно растительного)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Редьку и дайкон очистить от кожуры и вымыть. У редиски удалить хвостики, вымыть .

У тыквы срезать кожуру и убрать семена. Гранат разрезать на 4 части и вынуть зёрна.

Редьку, дайкон, редиску и тыкву натереть на тёрке (чтобы эффектнее смотрелось лучше натереть на тёрке для корейской моркови) и выложить в чашку.

Для заправки, лимонный сок смешать с маслом, добавить сахар или мёд и взболтать вилкой.

Салат посолить, поперчить, добавить заправку, зёрна граната и хорошо перемешать. Дать настояться в течение 10-15 минут, затем выложить в салатник и подать.

Совет: если редька и редиска имеет обильную терпкость, можно натёрую промыть холодной водой и затем отжать.

{jcomments on}