



SZASZŁYKI Z ŁOSOSIA Z SAŁATKĄ I DRESINGIEM Z MUSZTARDY

czas przygotowania
30 MIN.

liczba porcji
2

poziom trudności
ŁATWY

SKŁADNIKI:

Szaszłyki

MOWI PURE Świeża porcja 2 szt. – 2 opakowania
pomidorki cherry – kilkanaście sztuk
papryczka padron lub zielona
ananas – kilkanaście plasterków
sól, pieprz

Sałatka

koper włoski – 1 sztuka
jabłka – 2 sztuki

musztarda gruboziarnista – 1 łyżka
brązowy cukier – 1 łyżeczka
ocet winny – 1 łyżka
czerwona cebula – ½ sztuki

Marynata

natka pietruszki – 1 łyżka (posiekana)
oliwa – 1 łyżka
sok z cytryny – 1 łyżka
miód – 1 łyżka



co może się nie udać w nabijaniu na patyk łososia i ananasa (kostki), papryczek i pomidorków (w całości)? No dobrze, może to być trudne, ale nie niemożliwe, jeśli zaczniecie je nabijać od nieostrej strony patyków. Dlatego przećwiczcie ten manewr przed właściwą akcją.

I jeszcze rada: przed użyciem namoczcie patyki w wodzie. Dzięki temu nie spalą się, jeśli zdecydujecie się je przygotować nad ogniskiem lub w piekarniku.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Jak pewnie się domyślacie robienie szaszłyków zaczniemy od nabicia składników na patyki. Dla pewności powtórzmy co powinno zostać nabite: łosoś i ananas pokrojone w kostki oraz pomidorki cherry i papryczki w całości.
2. Do szaszłyków, nabitych między innymi wybornym łososiem MOWI przygotowujemy marynatę na bazie drobno posiekanej pietruszki, oliwy, miodu i soku z cytryny z dodatkiem soli i pieprzu. W tym celu wystarczy wymieszać wspomniane już składniki.
3. Smarujemy nią szaszłyki z łososia, aby nabrały lekko śródziemnomorskiego aromatu, a następnie pieczemy w piekarniku, na grillu, nad ogniskiem lub obsmażamy na patelni – wedle uznania i możliwości.
4. Czas, kiedy szaszłyki z łososia nabierają rumieńców, wykorzystujemy na przygotowanie sałatki. Jabłka i koper kroimy bowiem na cienkie plastry, po czym mieszamy je z dressingiem z musztardy, cukru, octu, soli i pieprzu.
5. Do sałatki można też dodać drobno posiekaną, czerwoną cebulę. Ale jak wiadomo – nie każdy darzy ją płomiennym uczuciem, zatem uznajmy, że jest to opcja a nie konieczność.
6. Na koniec coś trudnego: dylemat, czy zjeść dzisiaj wszystko, czy zostawić coś na jutro? W tym już Wam nie pomożemy...



**ZAPRASZASZ
GOŚCI, CZY ZJESZ
SAM? DOBRZE TO
PRZEMYŚL!**