



całość 182 kcal

Carpaccio z buraków z serem

Składniki :

1 czerwony burak
2 plastry sera feta
1 łyżka soku z pomarańczy
1 łyżeczka oliwy
½ łyżeczki octu balsamicznego
1 łyżeczka pestek z dyni

Sposób przygotowania:

Buraka obrać, umyć i pokroić w cienkie plastry. Ułożyć na talerzu, posypać pokruszonym serem. Pestki uprzyć na suchej patelni. W małej miseczce wymieszać oliwę, ocet i sok z pomarańczy aż składniki się połączą. Mieszaniną polać sałatkę, posypać pestkami.



POTRAWA
BEZGLUTENOWA



POTRAWA
BEZ SOI



POTRAWA
BEZ JAJEK



POTRAWA
BEZ ORZECHÓW



POTRAWA
BEZ KUKURYDZY



POTRAWA
BEZ CUKRU



POTRAWA
BEZ CUKRU DODANEGO



POTRAWA
WEGETARIANSKA