

סלט עשבים עם פרוסות חזה
מן הצומח טבעול והדרים



רכיבים

- זרי פטרוזיליה קצוצה
- זר כוסברה קצוצה
- 1/2 2/1 זר נענע קצוצה
- תפוז חתוך לפילטים
- חזה בגריל צמחוני 99 קלוריות
- כפות רוטב לסלט וינגרט אסם
- 1/2 2/1 כפות חומץ בלסמי
- כפות שמן קנולה
- כפות שמן זית
- כפית דבש
- כפית חרדל דיז'ון חלק
- תפוז סחוט למיץ
- לפי הטעם מלח
- לפי הטעם פלפל שחור

הכנה

1. שמים את כל החומרים בכלי (צר וגבוה), וטוחנים בעזרת מוט בלנדר ידני, עד אחידות המרכיבים.
2. מחממים את החזה מן הצומח, ופורסים לרצועות.
3. קוצצים את כל העשבים, שמים בקערה גדולה, שמים 3 כפות וינגרט, את פרוסות החזה, פילטים של תפוז, מתבלים במלח, מערבבים, ומגישים. בתיאבון!

20 דקות ⌚

2 servings 2 ⊕