

CHRUPIĄCA SAŁATKA Z PIECZONYM SŁODKIM ZIEMNIAKIEM I NUGGETSAMI ROŚLINNYMI

SKŁADNIKI

4 PORCJE

47 MIN

ŁATWY

2 opakowania Nuggetsy Roślinne
Garden Gourmet

150 g mieszanki sałat

3 pomidory

1 ogórek

1 czerwone chili (drobno posiekane)

1 ząbek czosnku

3 łyżki (40 g) prażonych orzeszków
ziemnych

4 łyżki octu

5 łyżek oliwy z oliwek

Ta sałatka z Nuggetsami Roślinnymi Garden Gourmet, pieczonym słodkim ziemniakiem i sosem orzechowym jest nie tylko bardzo łatwa do zrobienia, ale także wyjątkowo smaczna. Chrupiące mięso roślinne i świeża sałata – połączenie nie do pobicia! Koniecznie wypróbuj, przygotowując danie wegańskie na obiad dla całej rodziny, kolację dla znajomych lub przekąskę dla siebie. Skosztuj przepyszного połączenia idealnie dobranych składników choć raz, a na pewno na stałe zagoszczą w Twojej kuchni.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

1. Rozgrzej piekarnik

Rozgrzej piekarnik do 200°C, używając trybu góra-dół. Jeśli chcesz piec z termoobiegiem, wówczas ustaw temperaturę na 180°C.

2. Upiecz słodkie ziemniaki

Obierz słodkie ziemniaki, dokładnie umyj, a następnie osusz z nadmiaru wody papierowym ręcznikiem kuchennym. Pokrój je na niewielkie, ale równe kawałki. Następnie posyp pieprzem, solą i dwoma łyżkami oliwy z oliwek. Całość dokładnie wymieszaj, tak aby bulwy ze wszystkich stron obtoczyły się przyprawami. Włóż ziemniaki do piekarnika i piecz przez około 25 minut, aż staną się miękkie i złociste.

3. Przygotuj warzywa

Dokładnie umyj sałatę, a następnie wyłóż ją na podwójną warstwę papierowego ręcznika kuchennego. Wierzch przykryj jeszcze jedną warstwą ręcznika i lekko dociśnij, aby pozbyć się nadmiaru wilgoci. Tak przygotowaną sałatę rozłóż na dwóch talerzach. Następnie umyj i osusz pomidory oraz ogórka (wraz ze skórą). Pomidory pokrój na kawałki, a ogórka – na długie plasterki.

4. Rozłóż warzywa na sałacie

Pokrojonego ogórka i pomidora rozłóż równomiernie na sałacie. Następnie wyciągnij ziemniaki z piekarnika i wyłóż je na wierzch.

5. Przygotuj dressing

Przelej dwie łyżki oleju i octu do miseczki, a następnie dodaj chili i czosnek. W razie potrzeby dopraw solą i pieprzem. Całość dokładnie wymieszaj tak, aby uzyskać jednolitą konsystencję, dzięki czemu ten przepis wegański będzie wyjątkowo aromatyczny.

6. Usmaż Nuggetsy Roślinne Garden Gourmet

Rozgrzej patelnię z łyżką oleju i wyłóż na nią wegetariańskie nuggetsy od Garden Gourmet. Smaż zgodnie z instrukcją na opakowaniu, od czasu do czasu obracając. Alternatywnie nuggetsy wege świetnie smakują także pieczone w piekarniku lub przygotowane we frytkownicy beztłuszczowej.

7. Ułóż sałatkę

Na wcześniej przygotowanej sałatce ułóż nuggetsy wegetariańskie. Całość posyp grubo posiekanymi orzeszkami ziemnymi i skrop dressingiem. Danie wegańskie jest gotowe – smacznego!

**SPRAWDŹ WIĘCEJ PRZEPISÓW NA
WWW.GARDENGOURMET.PL**

[Garden Gourmet](#) > [Przepisy](#) > [Chrupiąca sałatka z pieczonym słodkim ziemniakiem i nuggetsami roślinnymi](#)