




## Lekka sałatka do grilla i obiadu

 Magda\_lena

Polecane na: [sałatki](#)

Kuchnia (region): [polska](#), [arabska](#)

### Warto wiedzieć:

 15 min

 1 porcja

### Składniki:

Sałata rzymska / roszponka /  
rukola - 3 kawałek  
Pomidorki daktylowe / pomidor  
malinowy - 250 g  
Rzodkiewki - 6-7 szt.  
Ogórek zielony - 1 szt.  
Pomidory suszone w oleju - 6-7 szt.  
Ser feta / Halloumi - 100 g

Pestki słonecznika - 1 garść  
Oliwa z oliwek - 2 łyżka  
Miód - 1 łyżka  
Musztarda - 1 łyżka  
Woda - 2 łyżka  
Sól i pieprz - - do smaku

### Sposób przygotowania:

**KROK 1:** Na patelni rumienimy ziarna słonecznika. Wszystkie składniki warzywne układamy w misce/talerzu. Mieszymy wodę, oliwę, musztardę, miód, przyprawy na gładki sos. Na warzywa układamy pokrojony w kosteczkę ser oraz uprażone pestki słonecznika. Całość polewamy sosem!

Smacznego!