



Sałatka brokułowo-jaglana

 Nikita

Polecane na: [danie główne](#), [jednogarnkowe](#), [lunchbox](#), [przystawki i przekąski](#), [sałatki](#)

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

Warto wiedzieć:

 60 min

 2 porcje

Składniki:

kasza jaglana - 120 g

cebula szalotka mała - 1 szt.

oliwa z oliwek - 1 łyżka

bulionetka warzywna - 1 łyżeczka

brokuł różyczki - 250 g

orzechy włoskie - 2 łyżka

żurawina suszona - 2 łyżka

sos: -

oliwa z oliwek - 1 łyżka

miód płynny - 1 łyżeczka

ocet żurawinowy (lub z czerwonych winogron) - 1-2 łyżeczka

musztarda dijon - 1 łyżeczka

sól - - do smaku

woda do ugotowania kaszy - 250 ml

Dodatkowe info:

Przepis na domową bulionetkę warzywną:

<https://gotujwstylueko.pl/przepisy/bulionetka-warzywna>

Sposób przygotowania:

KROK 1: Do garnka z grubym dnem wlać oliwę, dodać drobno posiekaną szalotkę, dodać kaszę jaglaną, dusić 3-4 minuty. Dodać wodę i bulionetkę warzywną, gotować około 15 minut (do miękkości kaszy). W międzyczasie ugotować na parze różyczki brokuła.

Do dużej miski włożyć ugotowaną kaszę jaglaną i brokuły, wymieszać.

Przygotować sos: oliwę, miód, ocet, musztardę i sól wymieszać razem. Sosem zalać mieszankę brokułowo-jaglana i dobrze wszystko wymieszać. Sałatkę z kaszy jaglanej i brokułów posypać posiekanymi orzechami włoskimi i żurawiną, odstawić do lodówki na co najmniej 30 minut, doprawić do smaku i przechowywać w lodówce do momentu podania.