Sałatka ryżowa z warzywami i kremowym sosem

Magdalena Nagler - foodmania

Polecane na: **danie główne, lunchbox, przystawki i przekąski, sałatki**

Warto wiedzieć:

40 min | łatwy | 2 porcje

Składniki:

- ryż brązowy - 100 g
- dynia hokkaido - 1/2 szt.
- bakłażan - 1 szt.
- marchew - 1 szt.
- pomidorki koktajlowe - kilka szt.
- pasta z pestek dyni - 1 łyżka
- sok z połowy cytryny - 1 szt.
- woda - 2 łyżka
- pasta miso - 1 łyżeczka
- sok imbirowy - 1 łyżka
- sól himalajska - 1 szczypta
- świeża mięta - trochę trochę

Dodatkowe info:

Lekka sałatka, która może służyć zarówno, jako przystawka, lekki obiad, czy kolacja ;)

Sposób przygotowania:

KROK 1: Ryż ugotować i odcedzić.

KROK 2: Bakłażana i marchew pokroić na kawałki i wymieszać z pastą miso oraz sokiem imbirowym, a dynię pokroić również na kawałki i wszystkie warzywa upiec w piekarniku (180stopni/20minut).

KROK 3: Gotowy ryż wymieszać z upieczonymi warzywami oraz pomidorkami.

KROK 4: Całość polać sosem z wymieszanej pasty z pestek dyni, wody, soku z cytryny raz posiekanej mięty.