



Sałatka z akacją

 Nikita

Polecane na: [lunchbox](#), [sałatki](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 5 min

 2 porcje

Składniki:

sałata mieszana (lolo rosso, bianco, masłowa, dębolistna, rucola, lodowa) - 2 garść
mango - 1 szt.
truskawki - 6 szt.
granat - 2 łyżka

feta (kostka) - 2-3 łyżka
kwiaty akacji - 3-4 łyżka
krem balsamiczny - 1-2 łyżeczka
oliwa z oliwek - 1 łyżeczka

Dodatkowe info:

Kwiaty akacji, a właściwie rosnącej u nas robinii akacjowej (*Robinia pseudoacacia*) – są pyszne, nawet na surowo, prosto z drzewa, mają posmak zielonego groszku (*Robinia* to roślina motylkowa). To prawdziwa skarbnica cennych dla organizmu człowieka właściwości. Należy jednak pamiętać, że są one jedynym fragmentem tej rośliny, która nadaje się do bezpośredniego spożycia. Pozostałe części akacji (liście oraz kora) są trujące.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Sałaty umyć, osuszyć i porwać na kawałki. Rozłożyć do 2 misek. Mango pokroić w kostkę, ułożyć na sałacie. Truskawki umyć pokroić, rozłożyć do misek. Posypać pestkami granatu, fetą i kwiatami akacji.

KROK 2: Polać kremem balsamicznym i skropić oliwą z oliwek. Natychmiast podawać jako samodzielne danie lub z domowym pieczywem. Sałatki nie trzeba już więcej niczym przyprawiać. Słodczy owoców, przeplata się ze słoną fetą, groszkowymi kwiatami akacji, kremem balsamicznym, dopełniona odrobiną dobrej

oliwy.