Sałatka z bakłażanem, pestkami granatu i sosem tahini

ZielonaDieta

Polecane na: **sałatki**

Kuchnia (region): **arabska**

Warto wiedzieć:

15 min | łatwy | 1 porcja

Składniki:

- bakłażan - 1/2 szt.
- oliwa - 1 łyżka
- pestki granatu - 2 łyżka
- rukola - 1/2 szklanka
- endywia - 1/2 szklanka
- pestki słonecznika, dyni, orzeszki pinii - 1 łyżeczka
- jogurt sojowy naturalny - 2 łyżeczka
- tahini - 1 łyżeczka
- czosnek - 1 ząbek
- syrop klonowy - 1/2 łyżeczka
- sól, pieprz - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: Bakłażana kroimy w kostkę. Grillujemy na patelni posmarowanej oliwą do momentu, aż zmięknie. Doprawiamy do smaku solą i pieprzem.

KROK 2: W tym czasie przygotujemy sos. Czosnek wyciskamy lub kroimy w bardzo drobną kostkę. Dodajemy pozostałe składniki sosu: jogurt, tahini i syrop klonowy. Dokładnie mieszamy.

KROK 3: W misce mieszamy rukolę i endywię, dodajemy bakłażana i pestki granatu. Posypujemy mieszanką pestek dyni, słonecznika i orzeszków piniowych. Polewamy przygotowanym sosem.