





Surówka z marchewki z granatem i masłem orzechowym

 Anita Zegadło Od A do Z ugotujesz

Polecane na: [sałatki](#)

Warto wiedzieć:

 10 min

 2 porcje

Składniki:

marchew - 2 szt.

cytryna - 1/2 szt.

granat - 1/2 szt.

masła orzechowego z nerkowca,
migdałów albo tahiny z sezamu -
2-3 łyżeczka

płatki chili - - do smaku

podprażone nasiona słonecznika - -
trochę

kolendra w ziarnach - 1 łyżka

woda - 2 łyżeczka

oliwa - 2 łyżka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Marchewki zetrzeć na grubych oczkach. Wyjąć owoce z połówki granatu. Wycisnąć sok z cytryny. Z soku cytrynowego, oliwy, wody i przypraw zrobić jednolity sos i poleć marchewkę, dodać granat, słonecznik, poleć sosem i wymieszać. Świetnie będzie pasować świeża mięta.