



Теплый салат с запеченной тыквой и фетой

Запеченная тыква прекрасно сочетается с солоноватой фетой, рукколой и грецкими орехами. Легкий салат с насыщенным вкусом для любого времени года.

 35 мин

Ингредиенты

тыква — 350 г
сыр фета — 120 г
руккола — 70 г
грецкие орехи — 40 г
оливковое масло — 2 ст. л.

мед — 1 ч. л.
зернистая горчица — 1 ч. л.
лимонный сок — 1 ст. л.
соль, перец — по вкусу

Приготовление

1. Нарежьте тыкву дольками, сбрызните маслом.
2. Запекайте в аэрогриле при 190°C 18–20 минут.
3. Смешайте масло, мед, горчицу и лимонный сок.
4. На блюдо выложите рукколу, теплую тыкву и раскрошенную фету.
5. Добавьте орехи, полейте заправкой и подавайте.

Температура и время приготовления приведены в качестве ориентира и могут изменяться в зависимости от выбранных продуктов. Возможно, Вам потребуется немного отрегулировать температуру и время приготовления.