

Panzanella - sałatka toskańska



Składniki:

- pieczywo - 50g
- oliwa z oliwek - 30ml
- ocet balsamicznego - 10 ml
- czosnek - 1szt
- pomidory
- cebula - 20g
- bazylia
- sól i pieprz
- tuńczyk - 10g
- karczochy - 20g
- papryka - 30g
- kapary - kilka

Opis przygotowania:

Przygotowanie: Pieczywo obieramy ze skórki, kroimy w kostkę i smażymy na oliwie z oliwek. Pomidory sparzamy i obieramy ze skórki, wydrążamy gniazda nasienne i kroimy w kostkę. Cebulę obieramy i kroimy w cienkie piórka, karczocha kroimy w cząstki, a paprykę w paski. W blenderze miksujemy oliwę, ocet balsamiczny, czosnek, bazylię, następnie mieszamy z wszystkimi składnikami. Wykładamy składniki na talerz, posypujemy kaparami i dodajemy kawałki tuńczyka oraz pokrojone kostki ciabaty. Polewamy dressingiem i serwujemy.

Zapraszamy na www.taniegotowanie.com!

