

Antienos salotos su apelsiniais



Gaminimas

1. Perlinį kuskusą išverdame pagal instrukcijas ant pakuotės, o išvirusias kruopas perplauname šaltu vandeniu. Paprastą kuskusą užpilame verdančiu vandeniu, uždengiame, ir leidžiame išbrinkti.
2. Paruošiame padažą: sumaišome apelsinų ir citrinų sultis, actą, alyvuogių aliejų bei garstyčias, įberiamės šiek tiek druskos.
3. Į lėkštes dėliojame burokėlių lapus, maišytus su smulkintomis mėtomis ir petražolėmis. Ant viršaus beriamės perlinį ir paprastą kuskusą, įmaišome apelsinų gabaliukus, užpilame paruoštu padažu, ir apiberiamės smulkintomis pistacijomis. Ant viršaus dedame griežinėliais pjaustytą šaltai rūkytą antieną.

Salotos gavosi lengvos, gaivios, tinkančios šventiniam stalui. Antiena čia yra pagrindinis akcentas, nes rūkyta mėsa salotoms suteikia ypatingą pikantišką skonį.

Mėta irgi čia itin svarbi, tad siūlau jokių būdu šių dviejų produktų nepraleisti.

Už receptą ir nuotrauką dėkojame Skaniai ir sveikai!

Atgal į receptų sąrašą



INGREDIENTAI

240 g	Kitchen me k.r. antienos file
125 g	perlinio kuskuso
100 g	kuskuso
125 ml	vandens
50 g	burokėlių lapų
2 vnt.	apelsinų
1/2	puodelio šviežių mėtų
1/2	puodelio šviežių petražolių
40 g	smulkintų pistacijų
1 v.š.	apelsinų sulčių
1 v.š.	citrinų sulčių
1/2 v.š.	alyvuogių aliejaus
1 v.š.	vynuogių acto
1/2 a.š.	dijon garstyčių
žiupsnelio	druskos