

Salatka z halloumi, awokado i sosem miodowo-musztardowym

Wskazówki

- Czas przygotowania: 10 minut
- 2 porcje
- Wartość odżywcza 1 porcji z dressingiem: 351 kcal \ B-13 g \ T-26 g \ W-15 g \ Bł-2 g
- Wartość odżywcza 1 porcji bez dressingu: 214 kcal \ B-13 g \ T-16 g \ W-5 g \ Bł-2 g

Składniki

- ✓ rukola – 2 garście (60 g)
- ✓ pomidorki koktajlowe – 1 garść (100 g)
- ✓ awokado – 1/4 sztuki (40 g)
- ✓ czerwona cebula – 1/4 sztuki (20 g)
- ✓ ser halloumi – 1/2 opakowania (100 g)

Dressing

- ✓ oliwa – 2 łyżki (20 g)
- ✓ musztarda francuska – 1/2 łyżeczki (5 g)
- ✓ musztarda dijon – 1/2 łyżeczki (5 g)
- ✓ miód – 1 łyżka (25 g)
- ✓ sok z cytryny – 1 łyżka (6 g)

Przygotowanie

Ser zgrilluj. Wszystkie składniki oczyść, pokrój i ułóż na talerzu. Skrop dressingiem.

Źródło: <https://www.odzywiasiezdrowo.pl/salatka-z-halloumi-awokado-i-sosem-miodowo-musztardowym/>