



Салат из моркови, тыквы, феты и горошка



Ингредиенты

◦ Зеленый горошек "Нежный"	1 банка (400г)
◦ Перец	по вкусу
◦ Тыква	300 г
◦ Чеснок	2 зубчика
◦ Морковь	4 шт.
◦ Сыр фета	200 г
◦ Салат айсберг	4 листа
◦ Масло оливковое	2 ст. л.
◦ Мед	2 ст. л.
◦ Соль	по вкусу
◦ Тмин	1 ч. л.

Способ приготовления:



50 мин



4 порции



116 ккал

1. Морковь нарежьте кружочками, тыкву очистите и нарежьте кубиками.

2. Смешайте с оливковым маслом, очищенным и выдавленным чесноком.

3. Выложите овощи на противень, посолите, поперчите и посыпьте тмином. Запекайте в предварительно разогретой до 225 градусов духовке около 30 минут.

4. Выньте противень из духовки, покрошите на овощи сыр фета, горошек и полейте их медом.

5. Подавайте с листьями салата айсберг.



Совет

Если мед покажется слишком простой заправкой для салата, сделайте медово-горчичную заправку.

Еще больше идей на сайте: <https://bonduelle.ru>