



## Цветная капуста с грецким орехом под горчично-лимонным соусом



Фуд-стилист и фотограф Слава Поздняков

### Ингредиенты

◦ Цветная капуста	1 упаковка (400г)
◦ Лимон	1 шт.
◦ Перец	по вкусу
◦ Сахар	1 ст. л.
◦ Чеснок	2 зубчика
◦ Лук зеленый	несколько перьев
◦ Соус соевый	3 ст. л.
◦ Орехи грецкие	1/3 стакана
◦ Масло оливковое	3 ст. л.
◦ Соль	по вкусу

### Способ приготовления:



20 мин



2 порции



120 ккал

1. Размороженную цветную капусту ошпарьте кипятком и натрите на крупной терке. Добавьте измельченный чеснок и перемешайте.
2. Очень плотно уложите салат в небольшую пиалу, переверните "кулич" на блюдо, чтобы получилась горка из салата круглой формы. Подготовьте таким образом все порции. Украсьте измельченными грецкими орехами и мелко рубленным зеленым луком.
3. Приготовьте соус: соедините оливковое масло, соевый соус, сок лимона, молотый перец, соль, сахар.
4. Подавайте салат с соусом.



### Совет

Это блюдо из цветной капусты может стать прекрасным гарниром для рыбы, птицы или мяса.

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