

Salát s glazovanou dýní, Sýrem na pánev, granátovým jablkem, ořechy a medovo-jogurtovým dresinkem

🕒 30 minut

náročnost ●○○○



Ingredience

- 2 balení Sýru na pánev
- 1 dýně Hokkaidó
- 1 granátové jablko
- 2 saláty little gem
- 1 hrst lístků červené řepy
- 3 lžíce medu
- 5 větviček tymiánu
- 1 hrst plátkovaných mandlí
- 200 g Jihočeského bílého jogurtu Nature
- sůl
- pepř
- 2 lžíce olivového oleje
- špetka sušeného česneku
- 1 hrst petrželových listů

Návod na přípravu:

Dýni vydlabeme a nakrájíme na cca 1,5 cm silné měsíčky. Rozložíme na pečicí papír, zakápneme olivovým olejem, 2 lžícemi medu, osolíme, opepříme a pečeme v předehřáté troubě při 175 °C cca na 10–15 minut. Mezitím do misky vydlabeme granátové jablko. V druhé misce smícháme Jihočeský bílý jogurt Nature, sušený česnek, lžici olivového oleje, med, přidáme najemno nakrájenou petrželku, promícháme a dochutíme solí a pepřem. Plátky mandlí orestujeme na suché pánvi. Salát little gem nakrájíme na čtvrtky a orestujeme na pánvi s kapkou olivového oleje. Sýr na pánev zprudka opečeme z obou stran na suché pánvi. Dýni servírujeme s little gem salátem, lístky červené řepy, Sýrem na pánev, posypanou mandlemi a granátovým jablkem.