

Sladký salát s Jihočeským cottagem

🕒 cca 1 hodina

náročnost ●●●○

Ovocný salát s cottagem je skvělý v mnoha variantách. Ať už s naším čerstvým sýrem z jižních Čech smícháte jahody, hrušky, borůvky nebo všechno dohromady, vždy vznikne výborný sladký dezert. Zkusit ale můžete i exotičtější verzi. Třeba tuhle.



Ingredience (2 porce)

- 1/2 malé dýně hokkaido
- 1 Jihočeský cottage
- 80 g quinoi
- 40 g rozinek
- 100 g vlašských ořechů
- 1 granátové jablko
- 1 limeta
- 3 snítky máty
- 2 lžičce medu
- 1 lžičce olivového oleje

Návod na přípravu:

Quinou uvařte ve vodě – vaří se přibližně 20 minut v poměru 2: 1 (2x více vody než quinoi).

Během vaření quinoi připravte dýni. Hokkaido není třeba loupat, takže stačí dýni umýt a vydlabat z ní vlákna se semínky. Poté ji nakrájejte na měsíčky (2 cm široké) a promíchejte v míse se lžící olivového oleje. Kousky dýně vyskládejte na plech a dejte je péci na cca 20 minut do trouby vyhřáté na 220 °C. Dýni ale samozřejmě skvěle připravíte i na grilu.

Vyloupejte jádérka z granátového jablka (doporučujeme v míse se studenou vodou, abyste se lépe zbavili nejedlých lůžek, která vyplavou a lze je tak snadno slít).

A teď již stačí jen připravené suroviny promíchat. Nejdříve samostatně ochuťte Jihočeský cottage. Vmíchejte do něj med, šťávu z limety a nadrobno nasekané lístky máty. Smíchejte uvařenou quinou s jádérky z granátového jablka, rozinkami, nadrcenými ořechy a ochuceným cottagem. K salátu přidejte opečenou dýni.