



# TECZOWA SAŁATKA

## SKŁADNIKI

- 250 g marchewek, obranych i pokrojonych na 1-centymetrowe kawałki
- 370 g kalafiora, pokrojonego na małe różyczki
- 285 g brokołu, pokrojonego na małe różyczki
- 225 g gruszek, z wydrążonym gniazdem nasiennym i pokrojonych na 1-centymetrowe kawałki
- 250 g buraków, obranych i pokrojonych na 1-centymetrowe kawałki
- 100 g oliwy z oliwek
- 30 g octu jabłkowego
- 1 dojrzałe mango, obrane i posiekane
- 1 limonki
- 1 szalotka, obrana i drobno posiekana
- 1 łyżeczka soli
- ½ łyżeczki czarnego pieprzu
- 30 g kolendry, drobno posiekanej

## PRZYGOTOWANIE

1. Połącz przygotowane marchewki, kalafior, brokuł, gruszki i buraki w dużej misce do mieszania.
2. W celu przygotowania sosu: włóż mango, szalotkę, sól, pieprz i kolendrę do robota kuchennego lub blendera i wlej oliwę z oliwek, ocet jabłkowy i sok z limonki. Wymieszaj pulsacyjnie 5-6 razy w celu zmiksowania. (Jeśli nie masz robota kuchennego ani blendera, rozgnieć mango w średniej misce do mieszania na gładką masę. Następnie włącz pozostałe składniki sosu aż do połączenia).
3. Wylej sos na przygotowane warzywa, dobrze wymieszaj i podawaj.