

Teplý šalát zo šošovice beluga, pečenej mrkvy a feniklu



Príprava
10 minút



Varenie
45 minút



Počet porcií
2-3

Ingrediencie

- 100 g šošovice beluga (neuvarenej)
- 2 mrkvy
- kúsok feniklu
- 3 cesnaky
- 3 PL oleja vhodného na pečenie
- 1-1,5 PL sójovej omáčky Shoyu (pre bezlepkovú verziu použite Tamari)
- trochu sušenej bazalky
- 1 ČL citrónovej šťavy
- 2 PL umeoctu
- trošku mletého čierneho korenia

Postup

Najprv uvaríme šošovicu. Zvyknem ju variť 20 minút a potom pridám trochu soli a varím ďalších 5 minút.

Trúbu zapneme na 180 stupňov.

Počas varenia šošovice si pripravíme zeleninu. Očistíme mrkvu a nakrájame ju na tenké kolieska. Fenikel nakrájame na prúžky tenké si 3-4 milimetre.

Zeleninu vložíme do pekáča a premiešame s marinádou, ktorú si pripravíme zmiešaním oleja, sójovej omáčky, sušenej bazalky a citrónovej šťavy. K zelenine ešte pridojeme 3 neošúpané strúčiky cesnaku. Pečieme 35-45 minút.

Upečenú zeleninu (okrem cesnaku) premiešame s teplou šošovicou.

Cesnak ošúpeme a popučíme vidličkou alebo lisom na cesnak. Pridáme umeocot a čierne korenie a vymiešame zálievku.

Primiešame ju k šalátu a rovno podávame. Môžeme posypať petržlenovou vňatou.