

Pancarlı Arpa Salatası

Toplam 30 dk

Hazırlama 12 dk · Pişirme 18 dk

4 kişilik

Kolay

~182 kcal

Açıklama 3/10

Pancarlı arpa salatası arpa, pancar ve narenciye sosuyla buluşturarak Avustralya usulü canlı bir öğle salatası yapar.

Malzemeler

- 1.5 su bardağı Haşlanmış arpa
- 2 adet Pancar
- 2 yemek kaşığı Portakal suyu
- 0.3 demet Maydanoz
- 2 yemek kaşığı Zeytinyağı
- 1 yemek kaşığı Limon suyu
- 0.5 çay kaşığı Tuz

Yapılışı

- Arpa ve pancar hazırlayın. Renği kararmasına bekletmeden soslayın.
- Pancarlı Arpa pancarları 1.5 cm küp doğrayın ve süzgeçte 2 dakika dinlendirin.
- Pancarlı Arpa sosu için zeytinyağı, limon suyu ve tuzla çirpince pancar tadına çöksün.
- Ana malzemeleri sosla 1 dakika ezmeden harmanlayın. Parçaları dağılımsın.
- Pancarlı Arpa sosunu iki kaşıkleyip tadın. Bakın tuz ve ekşiliği pancar dokusuna göre ayarlayın.
- Pancarlı Arpa üzerine taze otu son anda serpin, pancar kokusu bastırılmasın.
- Servis tabağına alıp sos parlakken sofraya çıkarın.

PÜF NOKTASI

Pancar küp küp doğramak salatada eşit dağılımlı sağlar.

SERVIS ÖNERİSİ

Derin kasede maydanoz ve portakal sosuyla serin servis edin.

Alerjenler

Gluten