

SAŁATKA Z KASZY JAGLANEJ

Na 4-6 porcji

- 1/2 szklanki kaszy jaglanej
- 1/2 łyżeczki bulionu jarzynowego w proszku
- 2 marchewki
- 2 pietruszki
- 2 czerwone cebule
- 2-3 ząbki czosnku
- kawałek dyni, ok. 250-300 g
- 4 łyżki oleju
- 1/2 pęczka natki pietruszki

Na sos:

- 3 łyżki oleju/oliwy
- 1 łyżka soku z cytryny
- 1 łyżka syropu klonowego/ z agawy
- wędzona lub zwykła sól
- świeżo zmielony pieprz
- nieco wędzonej papryki

Najpierw przygotowujemy warzywa:

piekarnik nagrzewamy do 210 stopni. Przygotowujemy dwa naczynia do zapiekania (jedno z pokrywką) takiej wielkości, aby obydwie zmieściły w piekarniku razem.

Dynię obieramy obieraczką, kroimy na niezbyt duże kawałki. Przekładamy ją do naczynia bez przykrycia, wlewamy 2 łyżki oleju, dobrze mieszamy.

Pozostałe warzywa obieramy, myjemy, dobrze osuszamy, kroimy je na cienkie paseczki. Cebulę obieramy, kroimy na ćwiartki, czosnek obieramy, dodajemy do warzyw. Wszystkie przekładamy do naczynia z przykrywką, wlewamy 2 łyżki oleju, dokładnie mieszamy. Przykrywamy naczynie.

Naczynia wkładamy do piekarnika, pieczemy ok. 20-25 minut aż warzywa będą miękkie. Studzimy.

Kaszę jaglaną wykładamy na gęste sito, przelewamy wrzątkiem, aby kasza straciła ewentualną goryczkę.

Kaszę przekładamy do rondla, zalewamy wodą w proporcji 1:2 dodajemy bulion, doprowadzamy do wrzenia. Zmniejszamy ogień, przykrywamy, gotujemy do miękkości, około 20 minut. Odcedzamy jeżeli pozostał jakikolwiek płyn.

Przygotowujemy sos:

Wszystkie składniki mieszamy ze sobą. Dodajemy upieczone ząbki czosnku, rozcieramy dokładnie aż zupełnie połączy się z sosem. Jeżeli sos po tym będzie miał zbyt gorzki smak można dodać syropu klonowego/z agawy.

Ciepłą kaszą mieszamy dokładnie z sosem i drobno posiekaną natką pietruszki.

Kaszę mieszamy z upieczonymi warzywami, podajemy.