

SALATKA GRECKA Z FILECIKAMI WEGAŃSKIMI

SKŁADNIKI

4 PORCJE

20 MIN

ŁATWY

2 opakowania Garden Gourmet
Fileciki Wegańskie

1 ogórek

300 g mieszanych pomidorków
koktajlowych

1 czerwona cebula

50 g czarnych oliwek

60 g wegańskiej fety

1/2 łyżeczki soli

1/2 łyżki suszonego oregano

1 łyżka oliwy z oliwek z pierwszego
tłoczenia

1/2 suszonej mięty zielonej

1 1/2 łyżki białego octu winnego

sól i pieprz

Co jest lepszego na lato niż orzeźwiająca sałatka? Mamy dla Ciebie idealny przepis. Nie trać ani minuty i zacznij gotować. Będziesz potrzebować tylko kilku warzyw oraz Wegańskich Filecików Garden Gourmet. Powstanie z nich aromatyczne danie, które śmiało możesz położyć na stole nawet wówczas, kiedy zawitają do Ciebie najbardziej wymagający goście. Doskonale sprawdzi się także jako lekki obiad, kolacja lub przekąska.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

1. USMAŻ WEGAŃSKIE FILECIKI GARDEN GOURMET

Smaż Wegańskie Fileciki Garden Gourmet na patelni z odrobiną oleju lub oliwy z oliwek, zgodnie z instrukcją na opakowaniu. Rób to przez 4-7 minut, od czasu do czasu obracając, aż staną się lekko złociste. Następnie przełóż na dwie warstwy papierowego ręcznika kuchennego, aby pozbyć się nadmiaru tłuszczu.

2. PRZYGOTUJ OGÓRKA

Za pomocą obieraczki pokrój ogórka na długie wstążki. Lekko posyp solą i dokładnie wymieszaj. Pozostaw go do odsączenia na sitku na 5 minut. Po tym czasie odciśnij i odłóż na bok. Alternatywnie, jeśli nie masz obieraczki, możesz pokroić ogórka w cienkie plasterki (postaraj się, aby były jak najcieńsze).

3. POKRÓJ POMIDORKI KOKTAJLOWE I CEBULĘ

Umyj, dokładnie osusz i przekrój pomidorki koktajlowe na pół. Umyj także cebulę. Posiekaj ją tak drobno, jak to możliwe. Alternatywnie możesz także przecisnąć ją przez praskę.

4. PRZYGOTUJ FETĘ I OLIWKI

Pokrusz wegańską fetę w rękach na kawałki o średniej wielkości. Powinny mieć one wielkość kęsa. Przesyp oliwki na sitko i odsącz z zalewy.

5. PRZYGOTUJ DRESSING

Wszystkie składniki do przygotowania dressingu, czyli suszone oregano, suszoną miętę, sól, pieprz, oliwę z oliwek oraz biały ocet, winny przełóż do słoika. Dokładnie zakręć, a następnie wstrząśnij. Odłóż dressing do lodówki co najmniej na kilka minut, aby smaki się przeniknęły. Dzięki temu to danie wegańskie będzie wyjątkowo aromatyczne.

6. POSIEKAJ NATKĘ PIETRUSZKI

Dokładnie umyj, a następnie osusz natkę z pietruszki za pomocą papierowego ręcznika kuchennego. Posiekaj ją na kawałki o średniej wielkości.

7. DOKOŃCZ SALATKĘ I SMACZNEGO!

Wszystkie składniki przełóż do miski i polej dressingiem tuż przed podaniem. Całość dokładnie wymieszaj. Na wierzch wyłóż Wegańskie Fileciki Garden Gourmet. Posyp odrobiną posiekanej natki pietruszki dla koloru. I przepis wegański gotowy - smacznego!

**SPRAWDŹ WIĘCEJ PRZEPISÓW NA
WWW.GARDENGOURMET.PL**

[Garden Gourmet](#) > [Przepisy](#) > [Sałatka grecka z Filecikami Wegańskimi](#)