

Orzo těstovinový salát s letní zeleninou

Celkový čas vaření **28 min.** 20 min. Doba přípravy **8 min.** Doba vaření

Nutriční hodnoty (na porci):

1.465 kJ / 350 kcal

Tuky: **15 g** Bílkoviny: **10 g**

Sacharidy: **45 g**

INGREDIENCE

2 Porce

120 g orzo těstovin
2 polévkové lžíce čerstvé limetkové šťávy
2 polévkové lžíce olivového oleje
2 polévkové lžíce Kikkoman Sójová omáčka přirozeně fermentovaná tekuté ochucovadlo
1 polévková lžíce medu
50 g cherry rajčat
50 g okurky, nakrájené na kostičky
1 žlutá paprika, nakrájená na kostičky
1 jarní cibulka, nakrájená na kostičky
35 g strouhaného sýra pecorino romano
10 g čerstvých bylinek na ozdobu (např. bazalka, kopr nebo petržel)
40 ml Kikkoman Poke omáčka

POSTUP PŘÍPRAVY

Krok 1

120 g orzo těstovin

Orzo těstoviny uvařte v osolené vodě podle návodu na obalu. Scedte a nechte úplně vychladnout.

Krok 2

2 polévkové lžíce čerstvé limetkové šťávy - **2 polévkové lžíce** olivového oleje - **2 polévkové lžíce** Kikkoman Sójová omáčka přirozeně fermentovaná tekuté ochucovadlo - **1 polévková lžíce** medu

V malé misce vyšlehejte limetkovou šťávu, olivový olej, med a Kikkoman Sójovou omáčku a vytvořte dresink.

Krok 3

50 g cherry rajčat - **50 g** okurky, nakrájené na kostičky - **1** žlutá paprika, nakrájená na kostičky - **1** jarní cibulka, nakrájená na kostičky - **35 g** strouhaného sýra pecorino romano - **10 g** čerstvých bylinek na ozdobu (např. bazalka, kopr nebo petržel) - **40 ml** Kikkoman Poke omáčka
Vychladlé orzo těstoviny smíchejte ve velké míse s nakrájenou letní zeleninou. Salát přelijte limetkovým dresinkem a jemně promíchejte, aby se všechny ingredience rovnoměrně obalily. Ozdobte čerstvými bylinkami, strouhaným pecorino romano a Kikkoman Poke omáčkou.