

Salát z kuskusu s kozím sýrem a brusinkami

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Kozí sýr 150 g
- Sušené bio brusinky 50 g
- Vlašské ořechy 50 g
- Celozrnný kuskus 1 ks
- Olivový olej 5 lžíce
- Citrónová šťáva 2 lžíce
- Med 2 lžíce
- Rukola 50 g
- Pepř, sůl 1 špetka

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Uvařte celozrnný kuskus v poměru 1 díl kuskusu na 1,5 dílu vody a nechte ho vychladnout. (Celozrnný kuskus raději nechte přejít varem, bílý stačí zalít jen o něco menším množstvím vody.)

Připravte si zálivku, omyjte špenát či rukolu a vysušte je nejlépe odstředivkou na salát.

Opražte na sucho pinie nebo ořechy, nakrájejte kozí sýr na kostičky a smíchejte vše s vychladlým kuskusem, s brusinkami a s medovým dresinkem. Tenhle základ salátu můžete mít připravený v lednici. Až těsně před servírováním ochuťte špenát (rukolu) olejem a umeoctem, popřípadě

citrónovou šťávou se solí a opatrně promíchejte do ochuceného kuskusu.