



## Mediterrán saláta Garden Gourmet Vegán Pirított Falatokkal

### Hozzávalók

- 1 csomag Garden Gourmet Grillezett Falatok
- 1 tasak MAGGI Gyros alap
- 1 tk oregánó
- 1 tk kaukkfű
- 10 g fokhagyma
- 1 ek olívaolaj
- 1 ek citromlé
- 1 fej Hagyma, édes, nyers
- 1 kígyóuborka
- 150 g Paradicsom, sárga, nyers
- 1 fej Saláta, kötöző vagy római, nyers
- 100 g Spenót, nyers
- 0.5 csokor petrezselyem
- 80 g Feta sajt
- 1 Olajbogyó, érett, konzerv (jumbo-superkolosszus)
- 5 g Kukorica, édes, sárga, nyers

### Elkészítés

1. Vágjuk félbe a paradicsomokat. Az uborkát vágjuk negyedekre, majd szeletekre. Tépkedjük vagy vágjuk fel a salátát. A lilahagymát szeleteljük vékony csúcsokra.
2. A fokhagymát passzírozzuk át egy présen. Keverjük össze az olívaolajjal és a citromlével. Adjuk hozzá a szárított fűszereket. Keverjük össze a Garden Gourmet Vegán Pirított Falatokat az olívaolajos páccal, és hagyjuk pácolódni minimum 15 percig.
3. Ezután a falatokat a felhevített serpenyőben süssük meg úgy, hogy éppen csak barna színt kapjanak.
4. Keverjük össze a saláta hozzávalóit. Tegyük a tetejére a Garden Gourmet falatokat és a Maggi Gyros alapöntetet. Tetszés szerint adjunk hozzá fetát, kukoricát és/vagy olajbogyót és apróra vágott fűszernövényeket.

#### Tápérték adatok

Szénhidrát	18.33 g
Energia	279.22 kcal
Zsír	14.68 g
Fehérje	19.67 g
Telített zsírok	4.21 g

30 Perc

4