

Salata od rukole sa dinjom i pršutom

Ukupno vreme **15 min** 15 min vreme pripreme

Nutritivne vrednosti (prema porciji)

984 kJ / 235 kcal

Masti: **15 gr** Protein: **10 gr**

Ugljeni hidrati: **13 gr**

SASTOJCI

2 porcije

1	zrela dinja
100 gr	gorgonzola sira
100 gr	pršute krudo
30 gr	rukole
2 kašike	maslinovog ulja
1 kašičica	<u>Kikkoman Prirodno Fermentisani sos od soje sa manje soli</u>
1 kašika	balzamiko sirćeta
1 kašičica	meda
1 prstohvat	bibera
1 kašika	balzamiko glazure

PRIPREMA

Korak 1

1 zrela dinja

Preseći dinju na pola i izdubiti semenke. Koristiti modlu za dinju i formirati kuglice od mesa ili iseći na kockice. Prebaciti dinju u činiju.

Korak 2

100 gr gorgonzole - **100 gr** pršute krudo - **30 gr** rukole

Iseći gorgonzolu na komade, a pršutu pocepati na manje komade. Oprati i osušiti rukolu. Sve dodati u činiju sa dinjom i lagano promešati.

Korak 3

2 kašike maslinovog ulja - **1 kašičica** Kikkoman Prirodno Fermentisani sos od soje sa manje soli - **1 kašika** balzamiko sirćeta - **1 kašičica** meda - **1 prstohvat** prstohvat bibera - **1 kašika** balzamiko glazure

U maloj činiji pomešati maslinovo ulje, Kikkoman soja sos sa manje soli, sirće, med i biber. Preliti salatu dresingom i ponovo promešati. Poslužiti salatu u izdubljenim polovinama dinje i prelići balzamiko glazurom.