



ZIAZERBA ETA IZOKIN MARINATU ENTSALADA

OSAGAIK

(4 pertsonarentzat)
1 Izokin-trontzo, 250 gr

Marinatua egiteko:

150 ml Ur

15 gr Gatz

150 ml Ozpín

30 ml oliba-Olio birjin estra

50 gr Ziazerba

30 gr Intxaur zuritu

Ozpín-olioa egiteko:

1 Jogurta

1 koilarakada Piperbeltz ehotu

1/2 Txalota xehatu

tanta batzuk Ardo zuri

PRESTAKETA

Ura gatzarekin eta ozpínarekin nahastuko dugu. Izokina xerratu, eta marinatuan ordubetez sartuko dugu. Xukatu, eta paper xurgatzailearekin lehortuko dugu. Oliba-olioarekin margotu, eta gerorako utziko dugu.

Katilu batean jarriko ditugu jogurta eta txalota xehatua, piperbeltza eta ardo tantak, eta ondo nahastuko dugu guztia. Gerorako utziko dugu.

Ziazerbak ozpín-olioarekin onduko ditugu. Plateraren azpialdean jarriko ditugu, eta izokina jarriko dugu gainean. Gainean intxaurrek jarriko ditugu.



PREZIOA
ERTAINA



DENBORA
40'



ZAILTASUNA
6/10



OSASUNGARRIA
7/10