# سلطة الشمندر مع الأديمامي والكينوا

وقت الطبخ: 0 min وقت التحضير: 0 min الوقت الكلي: 0 min الأشخاص : 2-3

المكونات:

- ١ كوب من الكينوا المطبوخة
- ١ كوب من الشمندر المطبوخ أو المسلوق  مقطع على شكل مكعبات
- ١/٢ كوب من أدامامي (فول الصويا)
- ١/٢ كوب من الكرفس، مقطع شرائح
- أوراق خضراء متنوعة
- البندق المقطع للتزيين

صلصلة الشمندر

- ١٧٠جرام من الشمندر المطبوخ
- ٣-٤ ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
- ٢ ملعقة كبيرة من الخل البلسمي
- ١ ملعقة كبيرة من عصير الليمون
- ١ فص ثوم
- ١/٢ ملعقة صغيرة من الملح، أو حسب الذوق
- ١/٨ ملعقة صغيرة من الفلفل الأسود، أو حسب الذوق

الخطوات:

نبدأ بعمل الصلصة. نضع كل المكونات في خلاط الطعام, ونخفق حتى يصبح المزيج أملس. نتذوق لنرى إن كانت الصلصة تحتاج الى المزيد من الملح, الفلفل, عصير الليمون, أو الخل.

نضع مكونات السلطة في وعاء, ما عدا الأوراق الخضراء والمكسرات. نضيف القليل من الصلصة ونمزج جيداً. نتذوق ثم نضيف المزيد من الصلصة إذا كان لدينا رغبة في ذلك.

أخيرا نضيف الأوراق الخضراء اذا كنا سنستخدمها, ونزينها بالبندق المقطع.