

Πράσινη σαλάτα με σπιτική λεμονάτη vegan μαγιονέζα & πικάντικα κάσιους

Μερίδες: 2 Χρόνος προετοιμασίας: 20 λεπτά Χρόνος μαγειρέματος: 16 λεπτά

Υλικά για τα κάσιους:

- 150 γρ. ωμά κάσιους
- 1 κ.σ. ελαιόλαδο
- 1 κ.γλ. καπνιστή πάπρικα
- ¼ κ.γλ. καυτερή πάπρικα
- 1 κ.σ. μαύρη ζάχαρη
- 2 κ.σ. νερό
- 1/2 κ.γλ. αλάτι
- φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Υλικά για τη μαγιονέζα:

- 250 ml ηλιέλαιο
- 125 ml ρόφημα (γάλα) σόγιας, σε θερμοκρασία δωματίου
- ξύσμα από 1 λεμόνι
- 2 κ.σ. χυμό λεμονιού σουρωμένο
- 1 κ.γλ. αλάτι

Υλικά για τη σαλάτα:

- [1 σακούλα 160 γρ. Σαλάτα Καπριτσιόζα ΦΡΕΣΚΟΥΛΗΣ](#)
- 1 καρότο, κομμένο σε πολύ λεπτά στικς
- 3 φρέσκα κρεμμυδάκια, κομμένα σε λεπτές ροδέλες
- 5-6 ντοματίνια κομμένα στη μέση
- ξύσμα και χυμό από 1 λεμόνι
- ελαιόλαδο

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

1) Ξεκινάμε με τα κάσιους. Τα αραδιάζουμε σε ένα ταψί περασμένο με λαδόκολλα και τα ψήνουμε σε προθερμασμένο φούρνο στους 175°C στον αέρα για 8 λεπτά.

2) Σε ένα μπολ ανακατεύουμε το ελαιόλαδο, την καπνιστή πάπρικα, την καυτερή πάπρικα, την μαύρη ζάχαρη, το νερό, το αλάτι και φρεσκοτριμμένο πιπέρι. Προσθέτουμε τα ζεστά κάσιους και ανακατεύουμε καλά. Ξαναβάζουμε τα κάσιους απλωμένα στο ταψί

και ψήνουμε για άλλα 8 λεπτά. Τα βγάζουμε από τον φούρνο και τα αφήνουμε να κρυώσουν εντελώς.

3) Παράλληλα φτιάχνουμε με τη μαγιονέζα. Βάζουμε όλα τα υλικά σε ένα βαθύ δοχείο και τοποθετούμε το μπλέντερ χειρός να ακουμπήσει στον πάτο. Χτυπάμε για 1-2 λεπτά χωρίς να κουνήσουμε καθόλου το μπλέντερ, μέχρι να ομογενοποιηθεί τουλάχιστον τα $\frac{3}{4}$ του μείγματος. Μόνο τότε αρχίζουμε να κουνάμε το μπλέντερ πάνω-κάτω μέχρι να ομογενοποιηθούν όλα τα υλικά. Φυλάμε τη μαγιονέζα στο ψυγείο μέχρι να την χρησιμοποιήσουμε. (βλ, σημειώσεις για να φτιάξεις την μαγιονέζα σε μπλέντερ).

4) Στήνουμε τη σαλάτα. Βάζουμε σε ένα μεγάλο μπολ την σαλάτα Καπριτσιόζα ΦΡΕΣΚΟΥΛΗΣ και αραδιάζουμε από πάνω σε στρώσεις τα καρότα, τα φρέσκα κρεμμυδάκια, τα ντοματίνια, τα μισά κάσιους, τη μισή δόση μαγιονέζας (την υπόλοιπη, τη φυλάμε στο ψυγείο για 5-6 μέρες), το ξύσμα και τον χυμό λεμονιού και περιχύνουμε με 2-3 κ.σ. ελαιόλαδο.

Ανακατεύουμε πολύ καλά και σερβίρουμε.

Σημειώσεις για τη μαγιονέζα:

- Μπορείς να χρησιμοποιήσεις ότι λάδι θέλεις εκτός από λάδι καρύδας.
- Το λάδι και το ρόφημα σόγιας θα πρέπει να είναι σε θερμοκρασία δωματίου.
- Σε περίπτωση που την φτιάξουμε σε μπλέντερ, βάζουμε πρώτα όλα τα υλικά στον κάδο εκτός από το λάδι και χτυπάμε για 1 λεπτό. Ανοίγουμε το μικρό καπάκι και προσθέτουμε σταδιακά το λάδι χτυπώντας παράλληλα σε μέτρια ταχύτητα. Μόλις πάρει όλο το λάδι και ομογενοποιηθούν τα υλικά η μαγιονέζα μας είναι έτοιμη.