



Σαλάτα Σταμναγκάθι, σάλτσα Ρόδι και λουκάνικο ριγανάτο



Δροσερή σαλάτα με σταμναγκάθι, ρόδι και ψητό χοιρινό, ριγανάτο λουκάνικο

Υλικά: Για τη σαλάτα	Εκτέλεση
1 μάτσο τρυφερά φύλλα σταμναγκάθι 1 πακέτο mixed σαλάτα έτοιμη πλυμένη ½ ρόδι 1 προβρασμένο καλαμπόκι 1 αγκινάρα 1 Ριγανάτο λουκάνικο Μουτεβελής 2 κ. σ. ελαιόλαδο ½ μάτσο μυρώνια flakes παρμεζάνας 1 λεμόνι	Σαλάτα <ol style="list-style-type: none">1. Κόβουμε το λουκάνικο στη μέση κατά μήκος.2. Ζεσταίνουμε ένα αντικολλητικό τηγάνι και βάζουμε 1 κ. σ. ελαιόλαδο και ψήνουμε το λουκάνικο.3. Καθαρίζουμε καλά την αγκινάρα από τα φύλλα, και κρατάμε μόνο την καρδιά.4. Κόβουμε πολύ λεπτές φέτες την αγκινάρα και την μαρινάρουμε με ξύσμα από λεμόνι, χυμό λεμόνι, αλάτι, πιπέρι και 1 κ. σ. ελαιόλαδο.5. Ξεχωρίζουμε τα τρυφερά φύλλα από τα μυρώνια.6. Βγάζουμε τα σπόρια από το ρόδι.7. Ξεχωρίζουμε με ένα μαχαίρι τα σπυριά από το καλαμπόκι.8. Βάζουμε σε ένα σκευός τη σαλάτα, το σταμναγκάθι, τα μυρώνια και προσθέτουμε 3-4 κ. σ. από τη σάλτσα ρόδι και ανακατεύουμε. (βλ. παρακάτω παρασκευή).9. Τοποθετούμε σε ένα βαθύ πιάτο σαλάτας την σαλάτα μας και πάνω της τοποθετούμε τις φέτες της αγκινάρας, το καλαμπόκι, το ρόδι, και το λουκάνικο.10. Γαρνίρουμε τέλος με τα flakes της παρμεζάνας.



Για τη σάλτσα Ρόδι

**400g φρεσκοστυμμένος
χυμός ρόδι
200g ελαιόλαδο
55g μέλι
20g ξύδι βαλσάμικο
25g μουστάρδα με κόκκους
αλάτι, πιπέρι**

Σάλτσα Ρόδι

1. Βάζουμε σε κατσαρολάκι το χυμό ρόδι και φέρνουμε σε βρασμό.
2. Χαμηλώνουμε τη φωτιά και αφήνουμε να σιγοβράσει μέχρι να μείνει στο μισό.
3. Στη συνέχεια, βάζουμε τον κατεβασμένο χυμό ροδιού σε ένα μπολ και προσθέτουμε το βαλσάμικο, το μέλι, τη μουστάρδα, αλάτι και πιπέρι.
4. Με τη βοήθεια ενός ραβδομπλέντερ, χτυπάμε καλά και προσθέτουμε με αργή ροή σαν να κάνουμε μαγιονέζα.

Προσοχή: Η ποσότητα του μελιού στη συνταγή επηρεάζεται από το πόσο ξινός είναι ο χυμός ρόδι οπότε ενδέχεται να χρειαστεί λίγο παραπάνω ή λιγότερο.

