

Φακές σαλάτα με Κατίκι Δομοκού «Ορεινές Πλαγιές»



“Και σαλάτα και μεζές”
Βασίλης Κωνσταντίνου

Χρόνος προετοιμασίας: 40 λεπτά

Υλικά για 6 άτομα:

- 500 γρ. φακές
- 200 γρ. Κατίκι Δομοκού «Ορεινές Πλαγιές»
- 1 κρεμμύδι
- 2 πιπεριές
- ½ ματσάκι μαϊντανό
- ½ ματσάκι άνηθο
- 200 γρ. ρόκα
- 10 ντοματίνια, στη μέση
- 1 σκελίδα σκόρδου
- 6 κ.σ. ελαιόλαδο
- 6 κ.σ. ξύδι
- φρέσκος βασιλικός και δυόσμος

Εκτέλεση:

1. Βράζουμε τις φακές σε αλατισμένο νερό, σε μέτρια φωτιά (για 20-25 λεπτά) μέχρι να μαλακώσουν, αλλά, όχι εντελώς, να κρατάνε και λίγο. Τις σουρώνουμε και τις αφήνουμε να κρυώσουν.
2. Τις βάζουμε σε ένα μπολ και τις ανακατεύουμε μαζί με το κρεμμύδι, τις πιπεριές, το σκόρδο και τα μυρωδικά που έχουμε ψιλοκόψει.
3. Προσθέτουμε τη ρόκα και τα ντοματίνια. Περιχύνουμε τη σαλάτα με ξύδι και ελαιόλαδο.
4. Προσθέτουμε με ένα κουτάλι το Κατίκι, λίγο αλάτι και σερβίρουμε με μερικά φυλλαράκια από φρέσκο δυόσμο και βασιλικό.