

# Letní salát s tuňákem

**Kategorie:** [Zdravá strava](#)

**Autor:** afaltynkova



## Suroviny

**Porce:** 2

- Zelené olivy bez pecek 100 g
- Salátová okurka 100 g
- Žlutá paprika 1 ks
- Sterilovaná kukuřice 4 lžíce
- Vejce 2 ks
- Bílý cibule 100 g
- Ledový salát 1 ks
- Tuňákové kousky ve vlastní šťávě 1 ks
- Rajče 2 ks
- Vinný ocet 1 ks
- Olivový olej 1 ks
- Pepř, sůl 1 ks

**Doba přípravy:** 35 min

**Obtížnost:** Snadné

**Způsob přípravy:** Míchání

**Země:** Španělsko

**Počet porcí:** 2

## Postup:

Vejce uvaříme natvrdo, oloupeme a nakrájíme na čtvrtky.

Cibuli oloupeme a nakrájíme na kroužky. Rajčata a okurku omyjeme a nakrájíme na kolečka. Papriku omyjeme, zbavíme jádřinců a nakrájíme na proužky. Tuňáka a kukuřici necháme okapat. Okapané olivy nakrájíme na kolečka. Několik oliv necháme vcelku na ozdobu. Ledový salát zbavíme ovadlých

horních listů. Čersvé listy ručně potrháme na kousky - sousta.

Na talíř klademe salát, rajčata, okurky a proužky papriky. Do středu talíře položíme okapaného tuňáka a nakrájená vejce. Posypeme kukuřicí a krájenou cibulí. Nakonec vše dozdobíme olivami.

Letní salát s tuňákem podáváme s křupavou bagetou, olivovým olejem a vinným octem, solí a pepřem. Každý stolovník si salát dochutí podle vlastní potřeby.