

Zeleninový salát se sušenými rajčaty

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 2

- Slunečnicová semínka 1 lžíce
- Sušená rajčata 100 g
- Vinný ocet 4 kapka
- Pepř, sůl 1 špetka
- Balkánský sýr 100 g
- Oregano 1 lžička
- Bílá paprika 4 ks
- Cherry rajčata 10 ks
- Medvědí česnek 4 ks
- Olivový olej 3 kapka

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 2

Postup:

Zeleninu omyjeme. Papriky nakrájíme na kostičky (po zbavení středu a stopky), cherry rajčátka nakrájíme na čtvrtky. Medvědí česnek nasekáme, sušená rajčátka rozkrájíme na kousíčky.

Do misky vsypeme čerstvá i sušená rajčátka, papriku, přisypeme medvědí česnek, trošku osolíme, výrazně opepříme a přidáme oregano. Salát dobře promícháme. Zakápneme olivovým olejem, octem, přisypeme slunečnicová semínka a nakonec promísíme s nahrubo nastrohaným balkánským sýrem.

Zeleninový salát se sušenými rajčaty můžeme ihned podávat, ale lepší je proleželý do druhého dne. Salát se sušenými rajčaty podáváme samotný, s tousty nebo celozrnným pečivem.