

Bramborový salát s medovou zálivkou

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Pepř, sůl 1 špetka
- Oregano 1 ks
- Červená cibule 1 ks
- Feta sýr 80 g
- Okurka 1 ks
- Brambory 800 g
- Sušené cherry rajčata 6 ks
- Černé olivy bez pecek 12 ks
- Vlažná voda 2 lžíce
- Med 1 lžíce
- Hořčice 1 lžička
- Vařený česnek 1 stroužek
- Olivový olej 6 lžíce
- Citrónová šťáva 3 lžíce

Doba přípravy: 45 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Itálie

Počet porcí: 4

Postup:

Vykartáčované čisté neoloupané brambory dáme vařit do slané vody s česnekem v košilce do změknutí, ale ne do rozvaření.

Brambory scedíme, oloupeme a necháme dobře vychladnout. Česnek si dáme na stranu.

Vychlazené brambory nakrájíme na plátky asi 1 cm. Okurky velmi dobře umyjeme a i se šlupou nakrájíme na slabé kolečka. Červenou cibuli nakrájíme na velmi slabé kolečka. Sušené rajčiny necháme odkapat a nakrájíme na proužky.

V kuchyňském robotu rozmícháme olej, vlažnou vodu, šťávu z citronu, med, hořčici, česnekový vařený stroužek, který oloupeme a rozmáčkujeme. Mícháme 2 minutky, osolíme a opepříme. Zda potřebujeme přidáme trochu olivového oleje nebo vlažnou vodu.

Na hlubší táč upravíme nakrájené brambory s okurkami. Na okurky poskládáme rajčatové proužky, přidáme tence nakrájenou cibuli a posypeme olivami.

Bramborový salát zalijeme připravenou zálivkou a ozdobíme rozdrobeným sýrem a oreganem.

Bramborový salát s medovou zálivkou uložíme do lednice a vytáhneme deset minut před podáváním. Salát se hodí k masu ,ale postačí i samotný.