

Salát Caprese v polníčkovém hnízdě

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 2

- Bazalka 1 ks
- Sušená pažitka 1 hrst
- Polníček 1 ks
- Kapary 1 ks
- Cherry mozzarella 1 ks
- Rajče 8 ks
- Olivový olej 4 lžíce
- Balzamico 4 lžíce
- Sůl 1 špetka

Doba přípravy: 10 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Itálie

Počet porcí: 2

Postup:

Do mísy nasypeme čerstvý polníček, většinou už není potřeba jej oplachovat ani sušit. A přidáme nakrájená cherry rajčátka podle chuti. Pokud máme ty větší, dáme jich na jeden pytlík salátu tak osm. Vodu z mozzarely slijeme. Můžeme si koupit i cherry mozzarrellu. Líp to vypadá a příprava je pak snazší, stačí všechno přepulit.

V menší mističce si připravíme zálivku. Zhruba 1:1 olivového oleje a octa balsamico rozšleháme vidličkou. Až se obě tekutiny spojí, nalijeme je na salát do mísy. Pak odlijeme ze skleničky kapary vodu a vhodíme je všechny do salátu. Nyní přidáme bylinky. Hrstkou sušené pažitky a pěti lístky

čerstvé bazalky zakončíme přípravu salátu.

K salátu caprese podáváme opečený toust či bagetu. Pokud máme chuť, můžeme ji namazat bylinkovým či česnekovým máslem.