

Niceský salát

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 3

- Hořčice 1 ks
- Salátová okurka 1 ks
- Olivový olej 6 lžíce
- Pepř, sůl 1 špetka
- Ančovičky 6 plátek
- Rajče 2 ks
- Vinný ocet 2 lžíce
- Česnek 1 ks
- Tuňák ve vlastní šťávě 1 ks
- Kapary 1 ks
- Hlávkový salát 1 ks
- Vejce 2 ks
- Citrónová šťáva 1 ks
- Olivy 1 g
- Artyčoky 4 ks

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Francie

Počet porcí: 3

Postup:

Salát omyjeme a natrháme na kousky. Smícháme s ostatní zeleninou. Artyčoková srdíčka nakrájíme na čtvrtky, okurku na větší kousky, rajčata a vejce na čtvrtky a tuňáka nalámeme na kousky. Dáme

pozor, aby se vejce nerozdrobila. Zálivku připravíme z oleje, octa, utřeného česneku, hořčice, soli, pepře a citronové šťávy. Zalijeme jí salát těsně před podáváním.