

Salát s humrem

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 2

- Pepř, sůl 1 špetka
- Dijonská hořčice 2 lžička
- Žloutek 1 ks
- Citrón 1 ks
- Olivový olej 150 ml
- Nakrájený kopr 1 lžíce
- Syrové ocasní části humra 2 ks

Doba přípravy: 45 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 2

Postup:

Z dobře omytého citronu ostrouháme na jemném struhadle kůru, šťávu vymačkáme. Žloutek ušleháme v misce s hořčicí a lžičkou citronové šťávy.

Kovovou metlou nebo elektrickým mixérem vešleháváme po kapkách olivový olej, dokud se neutvoří hustá majonéza. Vmícháme do ní polovinu citronové kůry a 1 lžici citronové šťávy.

Majonézu osolíme a opepříme, případně přidáme citronovou šťávu. Vmícháme do ní kopr, misku přikryjeme potravinářskou fólií a uložíme do chladničky.

Ve velkém hrnci přivedeme k varu osolenou vodu, vložíme do ní ocasní části humrů a vaříme je 6

minut, dokud krunýř nezčervená. Maso nesmí být průhledné.

Ocasní části humrů necháme vychladnout. Maso vyloupeme a nakrájíme na kousky.

Listy čekanky rozložíme na talíře, navrch upravíme maso z humrů. Na okraj dáme lžici koprové majonézy. Ozdobíme klínky citronu a snítkami kopru a podáváme.