

Salát z pečených paprik a lučiny

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: Monyszek



Suroviny

Porce: 4

- Česnek 3 stroužek
- Lučina 1 ks
- Zelená paprika 10 ks
- Pepř černý mletý 1 špetka
- Sůl 1 špetka

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Papriky omyjeme, osušíme a vykrájíme jádřince. Celé papriky dáme na pečící papír a pečeme 20 minut v hodně vyhřáté troubě. Pak je vytáhneme z trouby, na chvíli zakryjeme pečícím papírem, a pak sloupneme.

Papriky nakrájíme na nudličky, dáme na suchou pánev a přidáme lučinu. Nastavíme mírnou teplotu a lučinu necháme rozpustit. Nakonec přidáme podle chuti prolisovaný česnek, sůl a pepř.

Salát z pečených paprik ihned podáváme. Vynikající je s čerstvým pečivem.