

Salát s melounem

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 3

- Ocet 1 lžíce
- Špenátový list 120 g
- Pepř, sůl 1 špetka
- Niva 200 g
- Olivový olej 3 lžíce
- Meloun 300 g

Doba přípravy: 10 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 3

Postup:

Meloun necháme chvíli vychladit v mrazáku. Opláchneme si špenátové listy. Na kostičky si nakrájíme nivu.

V míse připravíme směs soli, pepře, octa a olivového oleje, špenátových listů a nivy. Vyndáme z mrazáku meloun, nakrájíme jej na kostičky a přidáme do mísy.

Podáváme studené.