

Salát s brusinkami a modrým sýrem

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Balzamico 1 ks
- Ocet 1 ks
- Cukr 1 ks
- Ledový salát 1 ks
- Sušené brusinky 1 ks
- Cherry rajčata 1 ks
- Olivový olej 1 ks
- Sýr s modrou plísní 1 ks
- Salátová okurka 1 ks
- Rukola 1 ks
- Baby špenát 1 ks
- Sůl 1 špetka

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Zeleninu, kterou použijeme na salát dobře omyjeme a podle potřeby oloupeme. Množství si určíme sami podle chuti.

Ledový salát nakrájíme na kousky, přidáme nakrájená cherry rajčátka, okurku, lístky baby špenátu nebo rukoly. Přidáme sušené brusinky, nadrobno nakrájený sýr s modrou plísní, můžeme nahradit

nivou nebo kozím sýrem.

Salát s brusinkami a modrým sýrem osolíme, osladíme, zalijeme olivovým olejem a balsamickým octem. Takto připravený salát podáváme jako přílohu k masu nebo samostatný lehký chod.