

Zeleninový salát s nivou

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Niva 300 g
- Salátová okurka 2 ks
- Cibule 1 ks
- Rajče 250 g
- Citrón 1 ks
- Slunečnicový olej 1 ks
- Pažitka 1 ks
- Pepr, sůl 1 špetka

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Rajčata a mladé salátové okurky omyjeme a nakrájíme na tenké plátky. Sýr nahrubo nastrouháme, můžeme ho i nakrájet na malé kostičky. Všechno promícháme.

Nadrobno nakrájenou cibuli smícháme s olejem, solí a mletým pepřem. Přichystanou zeleninu přelijeme zálivkou a zlehka promícháme.

Podle chuti přidáme šťávu z citronu, pokud máme, přidáváme i pažitku, v zimním období sáhneme po sušené.

Salát s nivou necháme vychladit a podáváme. Dobře chutná s pečivem.