

Španělský salát s rajčatovou zálivkou

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Avokádo 1 ks
- Cuketa 1 ks
- Zelená paprika 1 ks
- Rajčatový protlak 1 ks
- Česnek 1 stroužek
- Rajče 6 ks
- Cibule 1 ks
- Citrónová šťáva 1 ks
- Tymián 1 ks
- Oregano 1 ks
- Pepř, sůl 1 špetka
- Olivový olej 1 ks

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Španělsko

Počet porcí: 4

Postup:

Zeleninu očistíme. Cibuli nakrájíme na kolečka. Papriku a cuketu na nudličky, avokádo a rajčata na tenké plátky. Avokádo je dobré ihned pokapat citronovou šťávou, aby nezhnědlo. Zeleninu dáme do mísy.

Na zálivku rozmixujeme 2 rajčata, rajčatový protlak a citronovou šťávu. Do tohoto základu vmícháme

olej a nasekané bylinky. Nakonec přidáme nadrobno nakrájený česnek a zálivku dochutíme solí a pepřem.

Zeleninu v míse zlehka promícháme, zalijeme rajčatovou zálivkou a ozdobíme snítkou čerstvého oregana.