

Neapolský salát s těstovinami

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Bílé víno 150 ml
- Vyloupané srdcovky 450 g
- Pažitka 1 svazek
- Macaroni 2 hrnek
- Vyloupané šklebne 750 g
- Petržel 1 svazek
- Listový salát 1 ks
- Olivový olej 300 ml
- Citrón 1 ks
- Očištěné olihně 450 g
- Rajče 4 ks
- Bazalka 1 ks
- Pepř, sůl 1 špetka

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Itálie

Počet porcí: 4

Postup:

Všechny plody moře dáme do velké mísy, přelijeme vínem a polovinou olivového oleje a necháme 6 hodin rozležet.

Plody moře povaříme 10 minut na mírném ohni a necháme vychladnout.

Těstoviny uvaříme v mírně osolené vodě s 1 lžící olivového oleje tak, aby byly měkké, zároveň však ještě pevné.

Scedíme je, prudce ochladíme pod studenou tekoucí vodou a necháme okapat.

Zhruba polovinu tekutiny, ve které se vařily plody moře, vylijeme. Do zbylé tekutiny vmícháme citronovou šťávu, pažitku, petrželku, zbývající olivový olej, sůl a pepř. Okapané těstoviny přidáme k plodům moře, přelijeme zálivkou a opatrně promícháme.

Na dno salátových misek nebo mísy upravíme listy salátu (endivie, ledového salátu, římského salátu). Rajčata nakrájíme na čtvrtky nebo na plátky. Na listy salátu narovnáme těstoviny s plody moře, přidáme rajčata, ozdobíme snítkami bazalky a podáváme.