

Jarní salát s vejcem

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Brokolice 1 ks
- Červená paprika 1 ks
- Tvrdý sýr 200 g
- Bílá paprika 3 ks
- Vejce natvrdo 2 ks
- Olivový olej 1 ks
- Citrón 1 ks
- Bazalka 1 ks
- Pepř, sůl 1 špetka

Doba přípravy: 45 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Brokolici očistíme, odřízneme tvrdý košťál a rozdělíme na malé růžičky. Uvaříme v osolené vodě s kapkou citronu doměkka. Uvařenou brokolici scedíme a necháme okapat a vychladnout.

Mezitím očistíme papriku a nakrájíme ji na proužky. Vejce uvaříme natvrdo a po zchlazení a oloupání je nakrájíme na čtvrtky. Sýr nakrájíme na kostičky.

V misce promícháme brokolici s paprikou, přidáme sýr a ochutíme italskou solí, nasekanou bazalkou, zakápneme olivovým olejem a citronem. Podle chuti i opeříme čerstvě namletým pepřem.

Jarní salát rozdělíme do mističek, poklademe vejci a ihned podáváme na oběd či večeři.