

Americký těstovinový salát

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Olivy 20 ks
- Červená cibule 1 ks
- Šunka 100 g
- Citrónová šťáva 3 lžíce
- Petržel 4 lžíce
- Červená paprika 1 ks
- Olivový olej 100 ml
- Vařené červené fazole 300 g
- Kapary 1 lžíce
- Bazalka 1 ks
- Míchaná zelenina 1 šálek
- Balzamico 1 lžíce
- Zelená paprika 1 ks
- Česnek 2 stroužek
- Pepr 1 špetka
- Těstoviny 400 g

Doba přípravy: 45 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: USA

Počet porcí: 4

Postup:

Fazole namočíme přes noc do vody, kterou nesléváme, ale necháme ji všechnu nasáknout do fazolí.

Poté dáme červené fazole vařit, po 20-30 minutách procedíme a necháme okapat.

Těstoviny uvaříme v osolené vodě, slijeme a necháme vystydnout.

Červenou cibuli oloupeme a jemně nasekáme. Papriky rozkrojíme, zbavíme jadérek, nitek a nakrájíme na kostičky. Olivy rozpůlíme, česnek oloupeme a prolisujeme. Šunku nakrájíme na nudličky.

Šálek míchané zeleniny uvaříme v osolené vodě doměkka a propláchneme studenou vodou.

Do mísy dáme vařené červené fazole, studené těstoviny, vmícháme jemně nasekanou cibuli, kostičky paprik, vařenou zeleninu, olivy, kapary, prolisovaný česnek, nudličky šunky a sekané bylinky.

Vše ochutíme solí, mletým pepřem, zalijeme olejem, octem a citronovou šťávou.

Těstovinový salát promícháme, dáme vychladit a můžeme podávat.