

Salát z divokých bylin s goudou

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Ředkvičky 1 svazek
- Slunečnicová semínka 4 lžíce
- Gouda 150 g
- Pampeliškové listy 100 g
- Kedlubny 1 ks
- Ťovíkové listy 50 g
- Sedmikrásky 5 ks
- Olej 2 lžíce
- Ovocný ocet 2 lžíce
- Worcester 1 ks
- Zeleninový vývar 3 lžíce
- Sůl 1 špetka

Doba přípravy: 35 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Šťovík omyjeme, očistíme a necháme okapat. Pampeliškové listy omyjeme, očistíme a natrháme na kousky. Ředkvičky nakrájíme na kolečka. Kedlubnu oloupeme a nastrouháme na středně hrubém struhadle. Malé lístky kedlubny omyjeme, nasekáme a položíme stranou.

Ocet, olej a zeleninový vývar smícháme a podle chuti osolíme, opepříme a zakapeme worcesterskou

omáčkou. Vmícháme nasekané lístky kedlubny.

Všechny přísady salátu opatrně promícháme a nakonec vmícháme zálivku.

Slunečnicová semínka opražíme na pánvi bez oleje, necháme trochu vychladnout a nasypeme na salát. Goudu nahrubo nastrouháme a navršíme na salát.

Salát z divokých bylin s goudou podáváme s kvítky sedmikrásek.