

Zeleninový salát s bylinkovou omáčkou

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Brokolice 400 g
- Cherry rajčata 400 g
- Vejce 2 ks
- Petržel 1 ks
- Bazalka 3 ks
- Citrónová šťáva 3 lžíce
- Tymián 3 ks
- Pepr, sůl 1 špetka
- Zakysaná smetana 150 g

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Itálie

Počet porcí: 4

Postup:

Brokolici omyjeme a rozebereme na malé růžičky. Růžičky blanšírujeme 3 minuty v malém množství osolené vody, pak vyjmeme, zachytíme odtékající vodu a necháme okapat.

Vejce uvaříme natvrdo a oloupeme. Omytá rajčata nakrájíme na půl cm silné plátky. Bylinky omyjeme, lístky otrháme. Pár si jich dáme stranou na ozdobení a zbytek jemně nasekáme.

Vejce spolu s kysanou smetanou a citronovou šťávou rozmixujeme dohladka s trochou tekutiny z blanšírování. Přidáme nasekané bylinky a podle chuti osolíme a opeříme.

Růžičky brokolice a plátky rajčat klademe na talíře a mezi každou vrstvu nalijeme trochu bylinkové omáčky. Zbývající omáčkou přelijeme salát a ozdobíme lístky bylinek. Zeleninový salát s bylinkovou omáčkou ihned podáváme.