

Tatarská zelenina

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Citrónová šťáva 1 ks
- Sterilovaný hrášek 1 ks
- Cherry rajčata 12 ks
- Tatarská omáčka 1 ks
- Květák 1 ks
- Cukr 1 ks
- Bazalka 1 ks
- Vejce natvrdo 4 ks
- Kečup 1 ks

Doba přípravy: 60 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Růžičky kvěťáku nebo brokolice uvaříme skoro doměkka. Zbytek kvěťáku můžeme použít do polévky.

Tatarskou omáčku dáme do mísy, trochu přisladíme, osolíme, opepříme a zakápneme citronovou šťávou. Přidáme okapané růžičky kvěťáku, okapaný hrášek, na půlky rozkrojená cherry rajčátka a nasekané lístky bazalky. Všechno lehce promícháme.

Porce dáme na talířky, obložíme kolečky vejce natvrdo. Vejce pocákáme pikantním kečupem.

Zeleninu v tatarce podáváme s houskou nebo s topinkou.