

Telecí játra v malinovém salátu

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Máslo 3 lžíce
- Hlávkový salát 1 ks
- Malinový ocet 2 lžíce
- Maliny 400 g
- Pepř, sůl 1 špetka
- Smetanový jogurt 6 lžíce
- Telecí játra 400 g
- Cukr 1 ks
- Estragon 1 ks
- Malinový likér 3 lžíce

Doba přípravy: 60 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Maliny namočíme, aby se z nich vyplavil případný drobný hmyz, a necháme je okapat. Ze 100 g malin vymixujeme pyré, do kterého vmícháme malinový ocet a likér. Pyré jemně osolíme, opepříme, vmícháme do něj jogurt a necháme jej chladit. Estragon omyjeme, osušíme a nasekáme najemno.

Ledový salát očistíme, z listů odstraníme tuhé části a jednotlivé listy omyjeme a natrháme na sousta.

Játra nakrájíme na silnější pláty, zbavíme je cév, kůže a případných tukových usazenin, omyjeme je a

osušíme. Na pánvi rozpustíme máslo a plátky jater na něm zprudka pečeme asi 4 minuty z každé strany. Hotové je lehce osolíme a opepříme, vytáhneme a necháme vychladnout. Potom je nakrájíme na proužky.

Ve velké míse smícháme ledový salát s estragonem, nudličkami jater a zbylými malinami. Nakonec do salátu vmícháme malinovou zálivku.

Salát ihned podáváme a zdobíme snítky estragonu.