

Salát se sladkými bramborami a fazolemi

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Rajče 4 ks
- Jarní cibulka 4 ks
- Listový salát 120 g
- Fazole 230 g
- Rozinky 1 hrst
- Sladká brambora 1 ks
- Mrkev 4 ks
- Celer 4 ks
- Zálivka z medu a jogurtu 1 ks

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Sladkou bramboru oloupeme a nakrájíme na kostky. V rendlíku přivedeme k varu vodu, přidáme bramboru a vaříme ji 10 minut doměkka. Vodu slijeme, bramboru dáme do mísy.

V jiném rendlíku vaříme ve vodě asi minutu mrkvičky. Přeneseme je do mísy. Z rajčat odřízneme část se stopkou a vydlabeme semena. Dužninu nakrájíme nadrobno a dáme do mísy. Přidáme celer a fazole a důkladně promícháme.

Na velkou mísu upravíme salátové listy. Naneseme na ně směs s fazolemi, posypeme rozinkami a

jarní cibulkou, přelijeme zálivkou a ihned podáváme.