

Salát s jahodami a třemi druhy sýrů

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Rukola 1 ks
- Mandle 1 ks
- Cherry rajčata 1 ks
- Ledový salát 1 ks
- Mozzarella 100 g
- Syrovátkový sýr 100 g
- Jahody 300 g
- Kozí sýr 100 g
- Olivový olej 4 lžíce
- Polníček 1 ks
- Balzamico 1 ks
- Bazalka 1 ks

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Jahody nakrájíme na kousky. Bazalku pokrájíme najemno. Mandle oloupeme a nasekáme nadrobno. Kozí sýr, mozzarellu a syrovátkový sýr (nebo jiný ne příliš chuťově výrazný sýr) nakrájíme na kousky.

Smícháme saláty (ledový salát, rukola, polníček, popřípadě baby špenát nebo jiný druh drobného salátu), nakrájené jahody a cherry rajčata. Přidáme pokrájenou čerstvou bazalku a sýry.

Na pánvi na trošce olivového oleje opražíme nadrobno nasekané oloupané mandle a zamícháme je do salátu. Dochutíme solí, olivovým olejem a balsamickým octem. Lepší je použít husté tmavé balsamiko. Naprosto luxusní chuti dosáhneme nahrazením balsamika malinovým octem!

Salát s jahodami a třemi druhy sýrů podáváme ihned.