

Salát s křupavou slunečnicí

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: Bmilinka1991



Suroviny

Porce: 4

- Ledový salát 1 ks
- Rukola 1 balení
- Sušené oregano 2 lžička
- Olivový olej 1 lžička
- Citronová šťáva 3 lžíce
- Třešňová rajčátka 200 g
- Slunečnicová semínka 4 lžíce

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Bez vaření - např. u salátů

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Hlávkový salát omyjte a rukama natrhejte. Spolu s rukolou ho dejte do velké salátové mísy, posypte sušeným oreganem, promíchejte s olejem a pokapejte citronovou šťávou. Navrch rozdělte rajčata a ještě teplá slunečnicová semínka.