

Zeleninový salát s opečeným chlebem

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: Monyszek



Suroviny

Porce: 4

- Zelený chřest 1 svazek
- Chléb 4 plátek
- Česnek 1 stroužek
- Citronová šťáva 1 lžíce
- Olivový olej 3 lžíce
- Rajče 4 ks
- Bazalka 0.5 ks
- Sůl dle chuti 1 špetka
- Pepř dle chuti 1 špetka
- Červená cibule 1 ks

Doba přípravy: 15 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Grilování

Zařazení: Večeře

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Z chřestu odřízněte tuhé konce, omyjte ho, osušte a 3 minuty ze všech stran grilujte. Poté ho nakrájejte na třetiny. Minutu až dvě z každé strany grilujte i chleba. Potřete ho česnekem a natrhejte na větší kusy.

Citronovou šťávu promíchejte v misce s olejem. Ve velké míse smíchejte chřest, pokrájená rajčata a

bazalku. Přelijte dresinkem, osolte, opepřete, přidejte cibuli a kousky chleba.