

Čekankový salát s ořechy

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 1

- Puky čekanky 2 ks
- Olej 3 lžíce
- Citronová šťáva (citronka) 2 lžíce
- Čekanka - červená 0.5 ks
- Česnek 2 stroužek
- Sůl 1 ks
- Pepř mletý 1 ks
- Cukr 1 ks
- Vlašské ořechy 1 ks

Doba přípravy: 15 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

Omytou čekanku rozebereme, překrájíme a naskládáme na mísu. Prolisovaný česnek s olejem a citronovou šťávou rozmícháme, osolíme, opepříme, osladíme podle vlastní chuti a čekanku přelijeme. Posypeme posekanými vlašskými ořechy a podáváme.