

Jemný bramborový salát s dýní a špenátem

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Vařené brambory 600 g
- Dýně 150 g
- Majonéza 4 lžíce
- Listový špenát 200 g
- Olej 1 lžíce
- Česnek 1 stroužek
- Pepř, sůl 1 špetka

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Dužinu dýně nakrájíme na kostky a upečeme nasucho v troubě při 180°C doměkka. Na oleji necháme zesklovatět na nudličky nakrájenou cibuli. Po chvíli přidáme nasekaný česnek a listy špenátu. Osolíme a opepříme. Orestujeme, až se odpaří veškerá tekutina. Uvařené brambory nakrájíme na hranolky a přidáme ke špenátu. Prohřejeme. Přidáme upečenou dýni, majonézu, citronovou šťávu a vše lehce promícháme. Salát servírujeme teplý, posypaný ořechy.