

Letní salát z pečených paprik

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 4

- Paprika - bílá 6 ks
- Česnek 3 stroužek
- Slunečnicový olej 1 ks
- Ocet 1 ks

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Na železný plotýnec, kterou položíme na plynový hořák sporáku opečeme celé papriky za sucha tak, aby jejich svrchní kůžička zčernala. Po upečení vždy každou z paprik vložíme do misky a přikryjeme shora talířkem, aby se zapařily. Po upečení zvoleného množství paprik je jednu po druhé vyslečeme. Po vyslečení zčernalé kůžičky máme celou masitou dužinu na stopce papriky. Vložíme je do další čisté misky nebo plastové dózy, kde je poskládáme vedle sebe a každou papriku poklademe rozmačkaným česnekem, zakápneme octem a polejeme trochou oleje a lehce posolíme. Vše opakujeme, než navrstvíme všechny papriky. Poté je vložíme do ledničky, kde je necháme minimálně hodinu zaležet, aby se všechny chutě dostatečně prolnuly. Před podáváním ještě promícháme. Salát je výborný ke grilovanému či přírodně smaženému masu nebo i ke klobáskám.