

Lilkový salát II.

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 4

- Lilek 2 ks
- Jarní cibulka 1 ks
- Sezamová semínka 2 lžíce
- Sezamový olej 4 lžíce
- Sojová omáčka 4 lžíce
- Citronová šťáva (citronka) 1 ks
- Citron 1 ks

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Středně obtížné

Způsob přípravy: Restování

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

V suché pánvi orestujeme sezamová semínka než začnou tmavnout.

Na papilotě orestujeme kolečka lilku potřena sojovou omáčkou a sezamovým olejem. Každou stranu restujeme asi deset minut.

Pokapeme citronovou šťávou, semínka, cibuli a citron na ozdobu.