

Podzimní salát se sýrem a medovou zálivkou

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 3

- Hrušky 3 ks
- Jablka 3 ks
- Ledový salát 0.5 ks
- Sýr Niva 150 g
- **Zálivka**
- Med 2.5 lžíce
- Citronová šťáva (citronka) 4 lžíce
- Rostlinný olej 1 lžíce

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Chlazení, mražení

Země: Česká republika

Počet porcí: 3

Postup:

Jablka a hrušky oloupeme, odstraníme jádřince a pokrájíme na kostičky. Salát omyjeme a natrháme nebo pokrájíme. Sýr nakrájíme na malé kostičky. Vše smícháme.

Z medu, citronové šťávy a oleje vymícháme zálivku, kterou hotový salát přelijeme a dáme vychladit. Podle kyselosti (sladkosti) hrušek a jablek můžeme přidat nebo ubrat med a citronovou šťávu.

Poznámka:

Sýr volíme pikantnější.