

Salátové mističky

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 4

- Tvrdý sýr eidam, čedar, moravský bochník (na 1 mističku) 40 g

Doba přípravy: 15 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Vaření

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Sýr necháme pozvolna rozpustit v pánvi na mírném ohni a snažíme se, aby vrstva byla stejnoměrná. Můžeme ještě přidat nastrouhaný muškátový oříšek. Lépe je nastrouhaný sýr dát na dno talíře do mikrovlnné trouby. Sýrovou placku opatrně podebereme a ještě teplou přehodíme přes obrácenou sklenici nebo vyšší misku. Necháme zchladnout. Sýrová hmota však musí zůstat vláčná, a proto postavíme sklenici na vlhkou utěrku, aby hmota nepopraskala. Misky můžeme naplnit podle fantazie i podle chuti třeba hlávkovým salátem, čerstvou zeleninou, míchaným salátem, rajčaty, zkrátka lze sáhnout po tom, co máme právě doma.

Tip: misky si můžeme připravit také do zásoby, pak jen stačí uzavřít je do vzduchotěsné dózy. Miska se salátem je velmi efektní pohoštění.