

Salát se sýrem feta a praženými semínky

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: Bmilinka1991



Suroviny

Porce: 3

- Salát Family mix 1 ks
- Rukola 1.2 balení
- Olivový olej 1 ks
- Sůl, dle chuti 1 špetka
- Slunečnicová semínka 1 hrst
- Dýňová semínka 1 hrst
- Sýr Arla 1 balení
- Sušená rajčata, pokrájená 6 ks

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pražení

Země: Česká republika

Počet porcí: 3

Postup:

Salát přesypte do velké mísy, přidejte rukolu, zastříkněte olivovým olejem, aby se jím všechny listy obalily a salát podle chuti osolte. Můžete klidně méně, protože sýr Arla je hodně slaný. Obojí semínka nasucho opražte na nepřilnavé pánvi a horká je nasypete na salát. Přidejte na kostičky pokrájený či rozdrobený sýr a sušená rajčata. Promíchejte a podávejte.