

Salát z jarních brambor a polníčku

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: adminrecepty



Suroviny

Porce: 4

- Brambory jarní 600 g
- Polníček 1 balíček
- Cibule menší 1 ks
- Zakysaná smetana 4 lžíce
- Plnotučná hořčice 1 lžíce
- Olivový olej 1 lžíce
- Pepř bílý mletý 1 špetka
- Sůl 1 špetka

Doba přípravy: 50 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Vaření

Zařazení: Oběd

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Stejně velké brambory důkladně umyjeme a uvaříme v osolené vodě doměkka. Vodu slijeme a brambory necháme vychladnout.

Ředkvičky očistíme, odřízneme listy, umyjeme a osušíme. Cibuli oloupeme a najemno nasekáme. Polníček vložíme do většího cedníku, propláchneme studenou vodou a necháme okapat. Pak odřízneme stonky, aby nám zbyly jednotlivé lístečky. Vychladlé brambory nakrájíme na osminky a ředkvičky na tenké plátky.

ZÁLIVKA:

Do misty vložíme zakysanou smetanu, přidáme plnotučnou hořčici, olivový olej, špetku bílého mletého pepře, sůl a vidličkou rozšleháme dohladka. Do velké mísy nasypeme nakrájené brambory, ředkvičky, cibuli, podle chuti osolíme a vše lehce promícháme. Pak teprve přilijeme zálivku a znovu promícháme. Nakonec přidáme polníčkové lístky a suroviny jen zlehka prohodíme. Polníček je velmi křehký salát, proto s ním raději pracujeme jemně, abychom ho příliš nepomačkali. Salát vložíme do chladničky minimálně na půl hodiny odležet. Nejlepší je připravený den předem.