

---

# Sałatka różnobarwna

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 4886 razy.

4 porcje :

1 główka sałaty,

2 cykorie,

3 łydgi selera naciowego,

100 g pokrojonego buraka,

100 g pokrojonych w plasterki małych pieczarek,

2 jaja ugotowane na twardo,

2 cienkie plasterki chudej szynki lub makreli,

natka pietruszki do przybrania

Polewa:

1 łyżeczka musztardy,

25 ml octu winnego,

sól i świeżo zmielony pieprz

Umyj i wysusz sałatę, a następnie porozrywaj liście na drobne kawałki. Pokrój cykorię i łydgi selera. Wymieszaj je z burakiem i pieczarkami. Pokrój jajka i szynkę (lub makrelę). Ułóż wszystko na liściach sałaty. Posyp natką pietruszki. Przygotuj sos mieszając musztardę z octem, solą i pieprzem. Stale mieszając wolno wlej oliwę. Dodaj ją do sałatki tuż przed podaniem na stół. Sałatka jest bogata w błonnik. Można do niej stosować dowolny rodzaj oleju.

---

bardzo odżywcza surówka, bardzo smaczna. Smak, zapach, doznania wizualne trafione w dziesiątkę.

Nadesłał(a): edyta <edytaw00@interia.pl> 2006-04-12 17:04:19