

Avokádový šalát s rukolou a syrom

Počet porcií: 4

Čas prípravy: 20 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Umyté a osušené listy šalátu potrháme. Avokádo olúpeme, rozpolíme, vykôstkujeme, nakrájame na kocky a pokvapkáme citrónovou šťavou. Uhorku olúpeme, vydlabeme a nakrájame na kocky. Cherry paradajky a syr nakrájame tiež na kocky. Dochutíme olivovým olejom, osolíme, okoreníme, pridáme zvyšné korenie a všetky ingrediencie premiešame.

Ingrediencie

- **Balsýr 200 g** - 200 g
- **Uhorka hadovka** - 200 g
- **Paradajky** - 400 g
- **Šalát hlávkový** - 200 g
- **Citróny** - 20 g
- **Rukola praná** - 100 g
- **Olivový olej** - 20 g
- **Vlašské orechy jadrá** - 40 g
- **Mleté čierne korenie** - 2 g
- **Provencálske byliny** - 2 g
- **Avokádo** - 200 g
- **Jedlá soľ** - 4 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

