

Zeleninový šalát s tuniakom

Počet porcií: 3

Čas prípravy: 10 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Listy šalátu umyjeme a osušíme papierovou utierkou. Cherry paradajky nakrájame na polky, reťkvičky na mesiačky, cibuľku pozdĺžne. Do šalátovej misy postupne ukladáme pripravenú zeleninu. Do tuniaka vo vlastnej šťave pridáme niekoľko kvapiek olivového oleja a podľa chuti soľ a korenie. Jemne premiešame a môžeme ihneď podávať. Vynikajúco chutí s čerstvým celozrnným pečivom.

Ingrediencie

- **Paradajky** - 250 g
- **Redkovky** - 150 g
- **Šalát hlávkový** - 200 g
- **Cibuľka jarná** - 60 g
- **Olivový olej** - 5 g
- **Mleté čierne korenie** - 1 g
- **Tuniak vo vlastnej šťave 200 g** - 200 g
- **Jedlá soľ** - 3 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

