

Čekankový salát s ricottou

Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 2min
Celkový čas: 32min , Porce: 4

484 kalorií , 3 g cukrů , 5 g tuků , 13 g bílkovin

Autor: Jiřulka

Odkaz: <https://srecepty.cz/cekankovy-salat-s-ricottou>

Příprava

Čekanku rozebereme na listy, hořké části odkrojíme. Žampiony nakrájíme najemno. Prstýnky póru asi 2 minuty povaříme a na sítu přelijeme studenou vodou. Houby a zeleninu vložíme do mísy, zalijeme zálivkou z octa, oleje, soli a pepře. Ricottu rozdrobíme a rozložíme čekanku. Posypeme oregánem.

Ingredience

- 350 g čekanky
- 250 g žampionů
- 150 g póru
- 3 lžíce červeného vinného octa
- 5 lžic dýňového oleje
- 250 g sýru ricotta
- sůl
- mletý pepř
- 2 lžíce oregana

Kategorie

Výjimečný den, Redukční, Celoročně, Finančně náročnější, Zelenina, Něco extra, Vegetarián, Salát