

Giardino salát



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 25min , Čas vaření: 15min
Celkový čas: 40min , Porce: 2

756 kalorií , 0 g cukrů , 83 g tuků , 2 g bílkovin

Autor: Šéfredaktor

Odkaz: <https://srecepty.cz/giardino-salat>

Příprava

Rozpálíme gril. Papriky potřeme olivovým olejem, lehce osolíme a ogrilujeme, až slupka ztmavne. Potom je rychle zabalíme do mikrotenového sáčku a necháme zapařit a vychladnout. Žampiony, cuketu a lilek nakrájíme na plátky a také ogrilujeme. Po ogrilování je lehce osolíme a pokapeme olivovým olejem. Dáme stranou. Zatímco se zelenina griluje, vyndáme papriky ze sáčku, oloupeme, zbavíme jádřince a nakrájíme na nudličky. Bagetu rozpůlíme. Obě půlky namažeme máslem, posypeme mořskou solí a lehce ogrilujeme z obou stran. Hořčici smícháme s panenským olivovým olejem a citronovou šťávou, přidáme cukr a pepř z mlýnku a sůl. Salátové listy opláchneme studenou vodou a necháme okapat. Promícháme je s hotovou zálivkou a rozprostřeme dokola na talíř. Přidáme grilovanou zeleninu a lžící zakysané smetany, ozdobíme pažitkou. Podáváme s bagetou.

Ingredience

- ✓ 1 červená paprika, 1 žlutá paprika, 1 zelená paprika
- ✓ 100 ml olivového oleje
- ✓ 1 cuketa
- ✓ 4 velké žampiony
- ✓ 1 malý lilek
- ✓ 1 francouzská bageta
- ✓ 100 g másla
- ✓ mořská sůl
- ✓ 1 lžice dijonské hořčice
- ✓ 100 ml panenského olivového oleje
- ✓ šťáva z 1 citronu
- ✓ lžička cukru, pepř z mlýnku, sůl dle chuti
- ✓ 1 salát lollo rosso
- ✓ 1 salát lollo biondo
- ✓ 150 g zakysané smetany
- ✓ pažitka na ozdobení

Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Zelenina, Rodina, Vegetarián, Salát

