

# Listový salát s ovocem



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 0min  
Celkový čas: 15min , Porce: 2

1 kalorií , 0 g cukrů , 0 g tuků , 0 g bílkovin

Autor: Ajaja

Odkaz: <https://srecepty.cz/listovy-salat-s-ovocem>

## Příprava

Nejprve si připravíme zálivku. Smícháme olej, ocet, citronovou šťávu, sůl a pepř - dobře promícháme. Pak si jako základ do mísy natrháme hlávkový salát, přidáme polníček a případně další listové saláty. K nim přidáme na tenké plátky nakrájené nektarinky a jablíčka. Červenou cibuli také přidáme nakrájenou na tenoučké půlměsíčky. Zalijeme zálivkou, promícháme, dáme odležet do chladu. Při podávání posypeme trochou nahrubo nakrájených vlašských ořechů.

## Ingredience

- ✓ 3 - 4 hrsti listového salátu, vícedruhového (hlávkový, polníček...)
- ✓ kousek červené cibule
- ✓ 2 kusky broskve nebo nektarinky
- ✓ 2 jablka
- ✓ 1 hrst vlašských ořechů
- ✓ 10 ml olivového oleje
- ✓ 1 lžička citronové šťávy
- ✓ 10 ml jablečného octa
- ✓ špetka soli
- ✓ špetka pepře

## Kategorie

Obyčejný den, Vegetariánská, Celoročně,  
Ovoce, Zelenina, Rychlovka, Rodina, Salát

