

Paprikový salát s cibulí

Kategorie: Zeleninové saláty

Hodnocení: nezhadáno

Počer porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

Ingredience:

250 g nízkotučného jogurtu

1 lžíce majonézy

sůl

cayenský pepř

1 cibule

150 ml rajčatové omáčky

2 lžíce olivového oleje

1 červená a 1 žlutá paprika

50 g černých oliv bez pecek

1 zralé avokádo

120 g chipsů

1-2 lžíce citronové šťávy

3-4 snítky petrželky

Postup

Postup přípravy: Pažitku nakrájíme a smícháme s jogurtem a majonézou. Dochutíme solí a cayenským pepřem. Rajčatovou omáčku smícháme s olivovým olejem a nalijeme do misky. Polovinu papriky nakrájíme na kolečka, zbylé spolu s cibulí na kostičky. Olivy nařezeme na plátky. Avokádo rozkrájíme a pokapeme citronovou šťávou. Zeleninu nakrájenou na kostičky promícháme s olivami. Na talířek rozložíme kolečka paprik a chipsy. Doprostřed dáme kostičky zeleniny s petrželkou a přidáme trochu ochuceného jogurtu, který posypeme pepřem. Zbylý jogurt a rajčatovou omáčku podáváme zvlášť.