

Míchaný salát s hermelínem

Kategorie: Zeleninové saláty

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

- 300 g sezónních listových salátů (frisée, dubáček, hlávkový)
- 7 hrst roket (rucoly)
- 80 g jader vlašských ořechů • 4 lžice jablečného octa
- sůl • pepř
- 1 •
- 1 •
- 5 lžic slunečnic, oleje
- 4 hermelíny na smažení
- 4 lžice brusinkového kompotu

Postup

- 1 . Listové saláty rozebereme, opeeme, očistíme a necháme dobře okapat v sítu.
- 2 . Roketu přebereme, opereme, osušíme, popř. roztrháme na menší kousky. 50 g jader vlašských ořechů nahrubo posekáme.
- 3 . Na zálivku smícháme v misce jablečný ocet se solí, pepřem, hořčicí a medem. Zašleháme 2 lžice slunečnicového oleje a vmícháme 30 g nadrobno posekaných vlašských ořechů.
- 4 . Zbývajícím slunečnicovým olejem zehřejeme v pánvi s antiadhezním povrchem a hermelíny v trojbalu na něm rychle osmažíme do zlatova po obou stranách. 5. Listové saláty s raketou a hrubě nasekanými ořechy smícháme a rozdělíme na 4 talíře. Vše pokape me salátovou zálivkou. Na každý talíř položíme 1 hermelín a ozdobíme kopečkem brusinek.

