

Salát s avokádem a burskými oříšky

Kategorie: Zeleninové saláty

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

1 avokádo
0,5 malé hlávky kudrnaté endivie
2 pomeranče
šťáva z pomerančů
1 lžíce nesolených burských ořechů
0,25 okurky bez semen
4 semínka vojtěšky
sůl
pepř
česnek
máta

Postup

Natrháme lístky endivie, přidáme nakrájené stroužky pomerančů, pražené ořechy a okurku nakrájenu na kostičky. Připravíme si zálivku smícháním pomerančové šťávy, olivového oleje, soli, pepře, česneku a máty. Avokádo rozpůlíme, vyndáme pecku, oloupeme a nakrájíme na plátky. K listům přidáme avokádo, posypeme opraženou vojtěškou a zalijeme zálivkou.