

Sałatka z chilli



JĘDRZEJ SPYCHAŁ



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

Sałatka

sałata lodowa

radicchio

roszponka

papryczka chilli

bazylia

lawenda

marchewka

ogórek zielony

Dressing

oliwa

ocet winny

sól

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

1. Drzemy lub szatkujemy sałaty i roszonek.
2. Chili przecinamy wzdłuż i wyciągamy nasiona. Jeśli tego nie zrobimy sałatka będzie przesadnie ostra.
3. Obieramy marchewkę i ogórka. Ogórka tnemy w cienkie paseczki używając obieraczki, a marchewkę trzemy na tarce na wiórki.
4. Dodajemy bazylię i lawendę. Bazylia nie musi być koniecznie świeża. Suszona też się nada.
5. Wszystko ze sobą mieszamy.
6. Do naszego dressingu używamy oliwy z oliwek i octu winnego w proporcjach 3:1. Następnie solimy i dokładnie mieszamy.
7. Dodajemy nieco dressingu do sałatki i mieszamy wszystko dokładnie. Pamiętaj, aby nie dać za dużo dressingu bo sałatka będzie praktycznie nie do zjedzenia. Lepiej dać najpierw nieco za mało a potem troszkę dołożyć niż dać za dużo.

Sałatka świetnie smakuje jako dodatek do makaronów.

SMACZNEGO!!!