

Sałatka ze szpinakiem i jabłkiem



BEATRIS



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

szpinak świeży	2 garście
pomidor	1 sztuka
kukurydza	1/3 puszki
jabłko	1/2 sztuki
ocet balsamiczny	1 łyżeczka
cukier	1 łyżeczka
musztarda	1 łyżeczka
olej	4 łyżeczki
sól do smaku	
pieprz do smaku	
cebula czerwona	1/4 sztuki

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Szpinak oczyścić, porwać na trochę mniejsze kawałki. Dodać do niego pokrojoną w kostkę cebulę, odsączoną kukurydzę, pokrojonego w półplasterki pomidora, obrane i pokrojone w kostkę jabłko. Oprószyć solą i pieprzem. Ocet wymieszać z olejem, cukrem i musztardą. Sosem polać sałatkę, lekko wymieszać.