

Sałatka z makrelą wędzoną i granatem



SMACZNAPYZA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

łyżeczka cukru	1
czubate łyżki listków natki pietruszki	2
czubate łyżki listków koperku	2-3
makrela wędzona	25 dag

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Owoce myjemy. Cytrynę sparzamy, obieramy ze skórki, z połowy wyciskamy sok, połowę kroimy na cienkie plasterki a każdy plasterzek na małe cząstki. Granat przekrawamy i wybieramy/wydłubujemy ziarenka. Sok z cytryny mieszamy dokładnie z cukrem, olejem i 1 łyżką koperku (posiekanego). Makrelę obieramy ze skóry, dokładnie usuwamy wszystkie ości, mięso rozdrabniamy na niezbyt małe kawałki. Sałatę rwiemy na mniejsze kawałki, układamy na talerzach przekładając je listkami natki i częścią koperku. Na sałacie rozkładamy kawałki ryby, skrapiamy przygotowanym sosem, wierzch posypujemy kawałkami cytryny, resztą koperku i ziarenkami granatu. Taka sałatka jest doskonała jako samodzielna przekąska na lunch, kolację...