

Sałatka z bobem.



EWA104



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

rzodkiewka	6 szt
ogórek małosolny	2 szt
kukurydza konserwowa	2-3 łyżki
sól, pieprz	do smaku
bób	20 dag
olej	3-4 (z ziołami)
ryż	10 dag

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Ryż ugotować na sypko w osolonym wrzątku, ostudzić. Bób ugotować, także w osolonej wodzie. Obrać ze skórek. Kukurydzę osączyć z zalewy, ogórki małosolne pokroić w kosteczkę, rzodkiewki w półplasterki. Wszystkie składniki połączyć, doprawić solą, pieprzem i olejem z ziołami. Sałatka może nam posłużyć jako śniadanie czy kolacja, ale możemy ją także podać jako dodatek do drugiego dania obiadowego w upalne dni.