

Sałatka z ryżem



BUCZO007



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

szklanka ugotowanej soczewicy	1
czarnej fasoli z puszki	1/2
zielona papryka	1
ryż	1 szkl.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

SOS: 2 zmiażdżone ząbki czosku 1/3 szklanki oliwy sok z cytryny 1/2 szklanki posiekanej pietruszki sól, pieprz. Wymieszaj ryż, soczewicę i paprykę. Wlej do słoika oliwę, sok z cytryny, dodaj czosnek, natkę i przyprawy. Zakręć słoik i wstrząśnij, aby składniki się połączyły. Wymieszaj z sałatką.