

Šarena salata



težina: **lako**

za: **6** osoba

vreme pripreme: **30** min

Sastojci

Za salatu:

- **1 manja glavica** zelene salate
- **1 vezarotk**vica
- **1 crveni** luk
- **300 g** šampinjona
- **2 kašike** susama
- **3** pecene paprike
- **100-200 g** tvrdog sira
- **1** limun (sok)
- **2 kašike** pečenog, slanog suncokreta
- **2 kašike** krupno mlevenog badema

Priprema

Šampinjone iseci na četvrtine. Na vrlo malo ulja staviti da se isprže. Posuti ih biozacinom. Pržiti ih dok ne ispari voda, koju su pecurke pustile i dok malo ne porumene. Kada ispari voda, dodati susam i pržiti pet minuta. Ohladiti.

Zelenu salatu iseci na krupnije delove. Rotkvice iseci na četvrtine, luk na režnjeve, papriku na trake i sir na kockice. Sve staviti u dublju ciniju, dodati ohlađene šampinjone sa susamom, posoliti, dodati ulje i sok od limuna, po ukusu. Sve dobro izmešati.

Po vrhu posuti semenkama suncokreta i bademom. Ova salata, u potpunosti, može da zameni veceru ili dorucak.

Savet