

Sałatka ze szpinakiem

Przepis dodany przez użytkownika meg47

Dla amatorów szpinaku.

Ilość porcji: 1-2

Stopień trudności: łatwe

Potrzebne składniki:

- szpinak - 40 dag
- kilka miniaturowych pomidorków -
- czerwona cebula - 1 szt.
- zielony ogórek wąż lub młoda cukinia - 1 szt.
- oliwa z oliwek - 2 łyżka(i)
- sól -
- sok z cytryny -
- czosnek - 1

Etapy przyrządzania:

1. Szpinak przebrać, odciąć korzonki, dokładnie umyć, osączyć na sicie, wrzucić na 3 minuty na osolony wrzątek, osączyć.
2. Cebulę obrać, pokroić w cienkie krążki, rozdzielić je na pojedyncze piórka.
3. Pomidory umyć, osuszyć, pokroić na części, ogórek lub cukinię umyć, wytrzeć, pokroić.
4. Czosnek obrać, rozetrzeć z solą, dodać sok z cytryny i oliwę, wymieszać.
5. Połączyć wszystkie składniki sałatki, polać sosem, odstawić na pół godziny w chłodne miejsce, wymieszać przed podaniem (można posypać posiekaną natką lub koperkiem).

