

Salát s rýží, olivami a tuňákem

Počet porcí: 2

Doba přípravy: 25 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Smícháme ingredience na zálivku: 2 polévkové lžíce kvalitního extra panenského olivového oleje, 2 lžíce citronové šťávy, 1 stroužek česneku, 1 lžička medu, 1/2 lžičky soli, 1/2 lžičky červené mleté papriky.

Na salát: Těstovinovou rýži připravíme podle návodu. Do mísy dáme rýži s olejem, olivy (12 ks) rozpůlený a vypeckovaný, cibuli nakrájenou nadrobno, hrst petrželky a kopru a tuňáka. promícháme. Zalijeme zálivkou.

Ingredience

- **Cibule volná** - 40 g
- **Česnek** - 3 g
- **Jedlá sůl** - 3 g
- **Petrželová nať** - 5 g
- **Kopr** - 5 g
- **Olivy zelené** - 20 g
- **Tuňák v olivovém oleji 3x80 g SUN & SEA** - 160 g
- **Culinary citronová šťáva 100% 1 l** - 30 g
- **Paprika sladká 35 g** - 3 g
- **Včelí med luční 250 g** - 6 g
- **Řepkový olej 250 ml** - 45 g
- **Slim Pasta® Rýže 270 g** - 100 g

VYTVOŘENO PROSTŘEDNICTVÍM

CELIATICA.CZ

VÁŠ SEZNAM ONLINE

