



# Tatarák z chřestu

Recepty



Saláty



Grilování



25 min



0



1624



## Budete potřebovat

svazek zeleného chřestu	1 svazek
avokádo	1
rajčata	2
šalotka	1
citrón	½
kapary	2 lžičky
olivový olej	4 lžíce

## Příprava receptu

Chřest očistěte a odlomte dřevnaté konce. Vložte na 2 min. do vroucí osolené vody. Ihned zchladte.

Dejte okapat na cedník. Ve velké míse smíchejte olej, ocet a sůl.

Šalotku nakrájejte nadrobno. Avokádo podélně rozřízněte, vyjměte

pecku a nakrájejte na kostičky. Zakápněte citronem, aby nezhnědlo.

Rajčata nakrájejte na osminky, zbavte dužiny a pokrájete na kostičky.

Kapary nechte okapat a překrájejte.

Vše dejte do mísy. Nakonec přidejte chřest nakrájený na kolečka a pažitku. Opatrně promíchejte. Posypte krutony. Salát můžete nechat chvíli proležet, aby se spojily chutě



Mini Krutonky Rajčata &  
Bazalka