

Salata od prosa i slanutka s pečenim krumpirom i avokadom



NAČIN PRIPREME
Jednostavna priprema



VRIJEME PRIPREME
30 - 60 min



BROJ PORCIJA
4

Sastojci

- 200 g prosa
- 200 g slanutka iz konzerve
- 300 g svježe rajčice
- 250 g ljubičastog luka
- 50 g matovilca
- 800 g mladog krumpira
- 1 avokado
- 80 ml ulja za pečenje
- 60 ml maslinovog ulja
- sol
- 1 grančica svježeg peršina

Nutritivne vrijednosti



Krumpir dobro operite, narežite na kriške, posolite i pokapajte uljem, pecite u limu na 190 °C 40 minuta. Proso skuhaite u slanoj vodi. Ocijedite, dodajte slanutak, začinite solju i maslinovim uljem.

Avokado raspolovite, ogulite, maknite košticu i narežite na kriške. Narežite rajčicu i ljubičasti luk. U tanjur stavite listiće matovilca, dodajte proso sa slanutkom, kriške rajčice i luka, pikantirajte maslinovim uljem, dodajte pečeni krumpir, kriške avokada, dekorirajte listićima peršina, poslužite.

Skeniraj za prikaz na web stranici

