

Salát se šunkou jamón ibérico



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 0min
Celkový čas: 20min , Porce: 2

1 kalorií , 0 g cukrů , 0 g tuků , 0 g bílkovin

Autor: Šéfredaktor

Odkaz: <https://srecepty.cz/salat-se-sunkou-jamon-iberico>

Příprava

Očistěte všechny druhy salátu, pro které jste se rozhodli, a natrhejte je do mísy. Přihodte cibulovou nať, pokrájená rajčata i zelí a kuličky hrášku. Kapary omyjte, rozmělněte a dejte zvlášť do hrnečku (s množstvím opatrně, jsou velmi slané), zakápněte je olejem, citronovou šťávou, pak je opepřete a osolte. Vše pečlivě smíchejte a podle potřeby dochuťte. Zálivku vlijte do salátu a jemně promíchejte. Nakonec přidejte plátky fantastického jamón ibérico. Salát se skvěle hodí do parných dní, podávejte ho na talíři nebo v malých miskách s kouskem opečené bagety.

▣ Tip k receptu

Základem tohoto žaludek netížícího jídla je především olivový olej, na který jsou Španělé patřičně hrdí. Po salátu s touto španělskou šunkou se budete cítit skvěle. K přípravě tohoto receptu je doporučeno poslouchat Sarah Jaffe - Better Than Nothing.

Ingredience

- směs čerstvých salátů (např. polníček, dubáček, rucola, římský, ledový nebo třeba hlávkový)
- nať z 1 jarní cibulky
- 6 sušených rajčat v olejovém nálevu
- 1/6 hlávky bílého zelí
- několik kuliček hrášku
- 8–10 kuliček kaparů
- šťáva z 1/2 citronu
- pár plátků jamón ibérico nebo jiné sušené šunky
- 3 lžičce extra panenského olivového oleje
- hrubá mořská sůl a čerstvě umletý pepř dle chuti

Kategorie

Obyčejný den, Španělská, Léto, Maso, Zelenina, Salát

