

Sałatka z tuńczykiem



Autor: **FitSweet**
Przepisów: **72** Ocena: **1401**

 1-2 os.  15 min  łatwe  przystępne

Składniki:

- Sałatka:
- 100 g mieszanki sałat
- 1 puszka tuńczyka w kawałkach w sosie własnym
- 3 jajka
- 8 pomidorków cherry
- 10 oliwek
- 2 łyżki nasion słonecznika
- Sos:
- 4-5 łyżej oliwy z oliwek lub oleju
- 1 czubata łyżeczka musztardy miodowej
- 1 płaska łyżeczka płynnego miodu
- 1 łyżka soku z cytryny
- Sól
- pieprz

Sposób przygotowania:

- 1) Sałatę umyć, delikatnie osuszyć i ułożyć na talerzach.
- 2) Jajka ugotować na twardo, pokroić w ćwiartki i ułożyć na sałacie.
- 3) Następnie dołożyć umyte, pokrojone pomidorki.
- 4) Dodać oliwki oraz tuńczyka i wszystko posypać słonecznikiem podprażonym na suchej patelni.
- 5) Przygotować sos: wszystkie składniki (oliwę, sok z cytryny, musztardę, miód, szczyptę soli i pieprzu) dokładnie wymieszać, można użyć w tym celu słoiczka.
- 6) Gotową sałatkę podajemy polaną przygotowanym sosem.

Twoje notatki do przepisu: