

Sałatka z tuńczykiem



Autor: **jakewa**

Przepisów: **38** Ocena: **397**



3-4 os.



30 min



łatwe



tanie



Składniki:

- mix sałat gotowych do spożycia 1 szt. - 120 g
- papryka czerwona 1/2
- pomidory (np. koktajlowe, truskawkowe ...) 8-10 szt.
- tuńczyk w kawałkach w sosie w łasnym - puszka 150 g
- ser typu Feta - 1/2 kostki tj. ok. 140 g
- czarne oliwki - duża garść
- prażone nasiona (np; dynia, słonecznik, siemię lniane)
- sos sałatkowy - 1 opakowanie

Sposób przygotowania:

- 1 Paprykę kroimy w paski.
Pomidory kroimy na cztery.
Odsączamy tuńczyka i oliwki.
Ser kroimy w kostkę.
Nasiona prażymy na patelni.



- 2 Do miski wsypujemy sałatę, paprykę, pomidory, rozdrobnionego tuńczyka i oliwki. Całość mieszamy.
Wierzch sałatki posypujemy serem i prażonymi nasionami.



- 3 Przygotowujemy sos zgodnie z instrukcją na opakowaniu. Sos do sałatki podaję zawsze osobno, dzięki temu z sałatki nie robi się tzw. paćka i każdy może zdecydować o ilości sosu w sałatce.

Smacznego :)



Twoje notatki do przepisu: