

21. RECEPT- TRPOTČEVA SOLATA

Sestavine:

- 5 žliv kuhane prosene kaše
- 1 ali 2 mladi čebulici
- Dobro pest trpotca
- 1 velik paradižnik
- Sok od polovice limone
- Oljčno olje
- Sol
- Poper
- Nasekljani timijan
- Zelena

Priprava: Trpotčeve liste operemo in jih pustimo v mrzli vodi približno pol ure. Proseno kašo kuhamo v osoljeni vodi toliko časa, da ni razkuhana. Trpotec odcedimo in ga na drobno narežemo. Čebulo nasekljamo in paradižnik narežemo na kocke. Vse sestavine nato dobro premešamo. Začinimo z oljčnim oljem, limonovim sokom, popoprano in potresemo s timijanom in zeleno.

CEPT- Paradižnikova solata z zelišči

Paradižnikova solata z zelišči

Sestavine: 60 dag paradižnika

1 majhen koromač

2 mladi čebulici

1 neškropljena limona

olivno olje

šopek najljubših svežih zelišč (pehtran, bazilika, krebujica, koper, peteršilj, d)

sol in poper

Postopek:

Zelenjavo očistite in operite. Limono ožemite in lupinico nastrgajte. Paradižnik, koromač in mlado čebulico poljubno narežite. Sveža zelišča oplaknite in nasekljajte.

Olivno olje, limonin sok, sol, poper in malce limonine lupinice zmešajte ter prelijte zelenjavo. Zmešajte in potresite s svežimi zelišči.

Dober tek!