

# Zdjela puna zdravlja

Ova raskošna proljetna salata uljepšat će vam dan - bogata zdravim sastojcima potjerat će i najmanju naznaku proljetnog umora. Suvišno je i spominjati da je supersuperfina. ?



## Sastojci:

- cca 100 g mladog radiča
- cca 100 g listova maslačka
- 6-8 rotkvica
- 6-8 cherry rajčica
- 3 mlada luka
- malo zrelog tvrdog sira (ovdje grana padano)

## Dressing:

- sok 1/2 limuna
- cca 0,5 dl maslinovog ulja
- soli prema potrebi

## Priprema:

1.

Pripremite dressing: iscijedite limunov sok pa ga izmiješajte s maslinovim uljem, malo vode i soli koliko je potrebno.

2.

Očistite i dobro operite povrće. Listove radiča i maslačka po potrebi natrgajte na zalogaju primjerene komade. Narežite rajčice (ovdje na 1/2), luk (na kolutiće) i rotkvice (na tanje kolutiće). Sir naribajte na tanke listiće.

3.

Radiču i maslačku dodajte narezano povrće, prelijte dressingom pa lagano izmiješajte. Rasporedite u porcije po želji, pospite listićima sira i odmah poslužite.

**Napomene:** Uz ovu salatu odlično paše čaša finog bijelog vina. Po želji, uz salatu možete poslužiti krutone, tostirani kruh isl. (mi smo jeli bez). Umjesto sira (koji neutralizira gorčinu mladog radiča i super paše u ovoj kombinaciji), salati možete dodati jedno ili dva narezana tvrdokuhana jaja. Listovi mladog maslačka (beru se prije cvatnje) odličan su proljetni čistač krvi i organizma. Recept je napisan 31.03.2011.