

Salát z červené čočky s brokolicí a žampiony

Ester Klepárníková

Ingredience na salát:

- 300 g červené čočky
- ocet
- olivový olej
- tandoori masala
- sůl
- pepř

Garnish:

- 250 g žampionů
- 1 brokolice (cca 500 g)



Postup:

Čočku uvaříme dle návodu, ochutíme octem, olivovým olejem, solí, pepřem a kořenící směsí tandoori masala. Brokolici rozebereme na růžičky a uvaříme ve slané vodě doměkka. Po uvaření je třeba slít horkou vodu a vložit brokolici do ledové lázně (tento postup není nezbytný, ale brokolice si pak udrží krásnou zelenou barvu). Žampiony oloupeme a nakrájíme na čtvrtiny. Restujeme na pánvi na kapce olivového oleje. Žampiony a brokolici poté použijeme na ozdobení čočkového salátu.