




Sałatka wiosenna

 Tylko z Natury


Polecane na: [sałatki](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 10 min

 łatwy

 8 porcji

Składniki:

sałata lodowa bio 0,5 główki -
kapusta pekińska bio 0,5 główki -
pomidory bio - 3 szt.
ogórek bio - 1/2 szt.
cebula czerwona 0,5 główki -

ser feta bio - 200 g
ser parmezan bio - 50 g
oliwa z oliwek bio - 5 łyżka
sól, pieprz - szczypta
bazylią bio suszona - szczypta

Sposób przygotowania:

KROK 1: Kapustę pekińską umyć, osuszyć, pokroić w paski, włożyć do półmiska, sałatę lodową umyć, osuszyć, rozdrobnić ręcznie, ułożyć w półmisku jako drugą warstwę, cebulę obrać z łupin, pokroić w półksiężycy, ułożyć na sałacie lodowej, pomidory i ogórka umyć, obrać skórki, pokroić w kostkę, włożyć do półmiska jako kolejną warstwę, fetę pokroić w kostkę włożyć do półmiska, wszystko przyprawić solą, pieprzem i bazylią do smaku, zetrzeć parmezan na tarce o grubych okach i oprószyć sałatkę po wierzchu, całość polać oliwą z oliwek.