





Sałata z pomidorem i olejem

 Mariola


Polecane na: [sałatki](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 10 min

 łatwy

 1 porcja

Składniki:

sałata (lodowa lub rzymska) - 1 szt. goji - 2 garść
pomidor - 2 szt. olej omega green - 2 łyżka
nasiona sezamu (łuskany lub/i
czarny) - 2 garść

Sposób przygotowania:

KROK 1: Sałatę myjemy i rwiemy na części. Pomidora pozbawiamy skórki i kroimy na kawałki. Prażymy na patelni sezam, po wystudzeniu dodajemy do sałaty i pomidorów. Całość posypujemy jagodami goji i polewamy olejem omega green, który jest mieszanką olejów z czarnuszki, pestek dyni i lnu. Jeśli jest taka potrzeba można jeszcze trochę posolić do smaku.

Smacznego.