




Sałatka warzywno- mięsna na ciepło

 dorotaR

Polecane na: [sałatki](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 0 min

 łatwy

 1 porcja

Składniki:

kielbasa - 20 dag
olej - 3 łyżka
marchew - 2 szt.
pomidor - 2 szt.
ogórek - 1 szt.

olej sezamowy - kilka kilka kropel
oregano - trochę
sól - do smaku
pieprz - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: Marchew obieramy, myjemy i kroimy w zapałkę. Ogórka obieramy, kroimy w kostkę. Pomidory kroimy w kawałki. Kielbasę kroimy w kostkę. Na patelni lub w woku rogrzewamy dość mocno olej roślinny. Na olej wrzucamy kielbasę i podsmażamy 5 minut, następnie dodajemy marchew i podsmażamy kolejne 5 minut cały czas mieszając. Zdejmujemy z ognia, oprószamy przyprawami i skrapiany olejem sezamowym. Dodajemy ogórka i pomidory, mieszamy zostawiając na kilka minut na patelni a następnie przekładamy do talerza.