




Sałatka z makreli w oleju sezamowym

 Skoter

Polecane na: [przystawki i przekąski](#), [sałatki](#), [śniadanie](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 25 min

 1 porcja

Składniki:

makreła wędzona - 1 szt.

jajka - 4 szt.

kukurydza konserwowa - 1 opakowanie

cebula - 1 szt.

natka pietruszki pokrojona - 4 łyżka

orzechy włoskie pokrojone - 3 łyżka

musztarda - 1 łyżka

olej sezamowy - 5 łyżka

sól i pieprz - - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: Z dużej makreli usunąć skórę i ości.

KROK 2: Jajka ugotować i pokroić w kostkę. Cebulę drobno pokroić. Do rozdrobnionej makreli dodać pokrojone orzechy, natka pietruszki, cebulę i jajka oraz osączoną z zalewy kukurydzę. Dodać musztardę i olej sezamowy, pieprz i sól do smaku. Wymieszać dokładnie.