



Solata z ohrovтом in ajdo

Chef Nudžejma Kitanović

Vrsta jedi: solata

Čas priprave: 20 minut ali manj

Količina 1

Zahtevnost: srednje lahek

NAVODILA ZA PRIPRAVO

V skledi zmešamo na tanke rezine narezanih ohrovč, motovilec in ajdo. V manjši skledici za polovko zmešamo olji, kis, sol in bučna semena ter vse skupaj polijemo čez solato in dobro premešamo. Zraven lahko postrežemo rezino Ezečelovega kruha za bolj polno kosilo ;)

Dober tek!

NASLOV SKUPINE SESTAVIN (NPR. TESTO, KREMA, ...)

- 1 ščepec soli
- 1/4 glave ohrovta
- 100 g motovilca
- 50 g ajdove kaše (namočene v vodi vsaj 8 ur)
- 1 jedilna žlica bičnega olja
- 1 jedilna žlica konopljivnega olja
- 2 jedilna žlica sesekljanih bučnih semen
- 1 jedilna žlica jabolnegra kisa ali limoninega soka