

SOLATA Z AVOKADOM IN SVEŽIM SIROM



Sestavine za solato:

- sveži sir
- avokado
- kumarica
- olive
- paradižnik
- rukola
- ostala zelenjava (odvisno od okusa in sezone)
- paprika

Preliv:

- 2-3 jedilne žlice sirotke
- 1 jedilna žlica olivnega olja
- ½ avokada
- 1 čajna žlička limoninega soka
- sol

Priprava solate s sirom

V mešalniku zmešamo vse sestavine za solatni preliv, dokler tekstura ni gladka, in vlijemo na servirni krožnik.

Umijemo in narežemo zelenjavo ter jo položimo na preliv na krožniku. Začnemo z velikimi kosi, majhne pa položimo na vrh. Narežemo sveži sir (lahko ga tudi popečemo) in ga položimo na vrh solate.

Uporabite kefirjevo sirotko, ki vam je ostala pri odcejanju sira. Sirotka je okusna in hranljiva sestavina, ki jo lahko uporabimo v različnih receptih.

Zelenjavo očistimo in narežemo na kocke ter jo naložimo na krožnik na preliv. Začnite z večjimi, bolj listnatimi kosi in na vrh položite majhne. Sveži sir (lahko ga popečete na žaru) narežite in ga položite na vrh solate.

Avtorica recepta: Urška Fartelj

Več receptov s siri najdete [tukaj](#).

Izdelki uporabljeni v tem receptu:



Posoda za sir

[Kupite na Kefirko.com](https://www.kefirko.com)



Morska sol

[Kupite na Kefirko.com](https://kefirko.com)



Rezalnik zelenjave

[Kupite na Kefirko.com](http://Kefirko.com)



[BIO černí poper](#)

[Kupite na Kefirko.com](https://www.kefirko.com)