Весенний салат (9 апреля 2014)

Весна! В ленте ЖЖ много разных салатов. Да, уже хочется свежих овощей, ярких красок и вкусов. Вот и я перешла на салаты.
Несу салат Ане **lifetastesgreat** на ФМ "Готовим быстро".



Ингредиенты:
0.5 кочана китайской капусты
1 длинный огурец
1 болгарский перце

сок 1/4 лимона
петрушка, укроп (по 0.5 пучка)
1 зубчик чеснока
соль
щепотка сахара
молотый черный и красный перец
молотый кориандр
2-3 ст.л. растительного масла

Приготовление:
Капусту нашинковать, обсыпать солью, немного помять. Огурец и болгарский перец нарезать соломкой. Добавить к капусте. Измельчить зелень и зубчик чеснока, добавить к овощам.
Масло смешать с лимонным соком, сахаром, специями. Вылить на овощи, перемешать. Попробовать и, если надо - досолить.
Приятного аппетита!

Комментарии (21)

> **eastflower** 9 апреля 2014 08:10
> Рада, если пригодится

> **arigos** 9 апреля 2014 06:10
> Лёгенький и действительно быстрый!

> **eastflower** 9 апреля 2014 08:27
> Спасибо!

> **i_muminov** 9 апреля 2014 06:56
> Свежо, ароматно, вкусно! Самое то по весне!

eastflower 9 апреля 2014 08:27

Искандар, спасибо! Сейчас очень хочется свеженького.

innagenne 9 апреля 2014 07:41

Это точно! Хочется салатов. Именно таких свежих и хрустящих!))

eastflower 9 апреля 2014 08:28

Инночка, спасибо!

lifetastesgreat 9 апреля 2014 09:07

как давно я не ела пекинскую капусту! очень захотелось, глядя на этот салатик!

eastflower 9 апреля 2014 09:17

Анют, буду рада, есил пригодится.

natavera15 9 апреля 2014 10:00

Люблю такие легкие салатики

eastflower 9 апреля 2014 10:40

Наташенька, спасибо!

zykerka_zuki 9 апреля 2014 10:10

какой по весеннему сочный салатик!!!

eastflower 9 апреля 2014 10:40

Оксаночка, угощайся!

vsetajnoejavnoe 9 апреля 2014 11:37

любимые салатики на основе капусты и с лимончиком!

eastflower 9 апреля 2014 11:39

Ага, хорошо идут. Мои хрустят, правда, детки выбирают по вкусу: одному только перчик положи, а другому - только морковку :-)))

vsetajnoejavnoe 9 апреля 2014 11:46

ну и ладно, главное, чтобы ели овощи)

para_gn0m0v 9 апреля 2014 12:30

Ну вот, всех на салатики тянет, а меня на сладкое опять(((

eastflower 9 апреля 2014 12:44

Оксаночка, как я тебя понимаю. Сама со сладким не могу расстаться. Муж уже сел на безсахарную диету, привык пить кофе без сахара, а я не могу. Даже сырники без сахара не могу есть.

para_gn0m0v 9 апреля 2014 23:01

Я без сахара не могу только кисломолочку есть, остальное-спокойно. А вот с шоколадом более проблематично обстоят дела)

agro_al 9 апреля 2014 22:55

У меня сразу ассоциация с дачей. Это любимый вариант моей подруги. Когда приезжаю к ним на дачу, это первое блюдо для перекуса)))

eastflower 9 апреля 2014 22:58

Да, на даче милое дело :-))

Elena Tsoy (Tsoy)

Готовлю торты, пирожные, зефир и панеттоне на заказ

ТЕЛЕФОН **+7 911-213-67-68**

ТЕЛЕГРАМ-КАНАЛ **@ТелеЦойка** ·
https://t.me/tsoikaeast

