Sałatka z bocconcini i pomidorów

Sałatkę można podawać jako lekką przystawkę z chrupiącym chlebem.

SKALA TRUDNOŚCI:

Łatwe

CZAS PRZYGOTOWANIA:

10 minut

LICZBA PORCJI:

4

SKŁADNIKI:

300 g bocconcini (małych kulek mozzarelli)
400 g pomidorów
16 listków świeżej bazylii
40 g orzeszków piniowych, prażonych
1 i 1/2 łyżki octu balsamicznego

PRZYGOTOWANIE:

1) Pokroić kulki mozzarelli i pomidory w plasterki i ułożyć na talerzu.

2) Porwać liście bazylii. Posypać sałatkę bazylią i

orzeszkami.

3) Ubić ocet balsamiczny z 2 łyżkami oliwy z oliwek, solą i świeżo zmielonym pieprzem. Skropić sosem sałatkę i podawać.

WARTOŚCI ODŻYWCZE:

1 porcja zawiera: 241 kcal, 15 g białka, 18 g tłuszczów (8 g NKT), 3 g węglowodanów (3 g cukrów), 2 g błonnika, 216 mg sodu

Źródło zdjęcia: Shutterstock