Salát s červenou řepou, špenátem, Jihočeskou nivou a piniovými oříšky

15 minut náročnost ●○○○

Odlehčete své Vánoce a užijte si kombinaci chutí, které vás pohltí. Salátu dodá Jihočeská niva ten správný šmrnc.

Ingredience

- 100 piniových oříšků
- 400 g Jihočeské nivy 45 %
- 800 g vařené červené řepy
- pepř
- olivový olej
- hrst čerstvého špenátu

Na dresing

- 1 lžíce medu
- sůl
- pepř
- 4 lžíce balsamica
- 6 lžic olivového oleje

Návod na přípravu:

Červenou řepu oloupeme, nakrájíme na malé kostičky a dáme do misky. Přidáme med, pepř, sůl, balsamico, olivový olej a zamícháme. Na pánvi opražíme nasucho piniové oříšky. Na talíř dáme lístky špenátu, červenou řepu, rozdrobenou Jihočeskou nivu a posypeme piniovými oříšky. Zakápneme olivovým olejem a dochutíme pepřem.