

 Hozzávalók:

1 nagyobb sárgarépa, 1 kisebb lilahagyma, 15 dkg készen kapható zöldsaláta-keverék (bébi római saláta, bébi spenót, madársaláta, lollo rosso, gyermekláncfű, jégsaláta stb.), só, frissen őrölt borskeverék

az öntethez:

3 evőkanál 100 %-os narancslé, 3 evőkanál olívaolaj, 1 evőkanál fehérborecet, 2 evőkanál natúr krémsajt, 2 kiskanál ecetes torma, 1 kiskanálnyi apróra vágott tárkonylevél

1. A répát és a lilahagymát megtisztítjuk, az előbbi vékony csíkokra vágjuk vagy lereszeljük, a hagymát félfőre vágva vékonyan felszeleteljük. Egy tálba szórjuk a zöldsalátával együtt. Enyhén megsózzuk, megborsozzuk, összeforgatjuk.
2. Az öntethez valót egy kisebb, jól zárható üvegbe kanalazzuk, majd nagyon alaposan összerázzuk. A salátára öntjük és készen is van.

Jó tanács

-Kerülhet bele egy kisebb, vékony szeletekre vágott avokádó is.

- Aki paleo életmódot folytat, hagyja ki belőle a krémsajtot és házilag eltett tormát használjon.

4 főre

Elkészítési idő: 15 perc

Egy adag: 156 kcal