



Sałatka jajeczna z rzodkiewką i cieciorką

Sałatka jajeczna z rzodkiewką i cieciorką w tym wydaniu to niebo ☐ eksperymentowałam! Rzadko zdarza mi się łączyć takie składniki jak jajka, rzodkiewkę, cieciorkę i orzechy włoskie ☐ ale spróbowałam i wyszło pysznie! To w ogóle miała być pasta. I gdyby drobniej pokroić składniki, może nią być. Ale nawet tak część zjadłam z bułkami jako kanapkę, a pozostali wybrali kanapkę z wędliną na chlebie i jedli widelcem. Można i tak ☐

Pomysł na pożywne śniadanie, lunch do pracy, lekki obiad (lub dodatek do obiadu), kolację czy imprezę ze znajomymi.

Sałatka jajeczna z rzodkiewką i cieciorką to też genialny pomysł na wykorzystanie tego, co zostało po świętach wielkanocnych. Mi czasem zostaje gotowanych jajek, więc kolejnego dnia szukam na nie pomysłu. Czasem kupię więcej rzodkiewki (lubię podgryzać nawet solo, dlatego nie ma u mnie pojęcia “za dużo rzodkiewek”), czyli też są. Bakalie w domu mam zawsze, bo lubimy podgryzać. W zasadzie wszystkie składniki tutaj mam zawsze w domu i stale dokupuję, bo na bieżąco zjadamy ☐ więc taką sałatkę jestem w stanie zrobić każdego dnia ☐

SAŁATKA JAJECZNA Z RZODKIEWKĄ I CIECIORKĄ

Składniki:

- 5-6 jajek ugotowanych na twardo
- 1 pęczek rzodkiewek
- 1 pęczek młodego szczypiorku
- 4-5 łyżek cieciorki z puszki
- 2 łyżki posiekanych orzechów włoskich
- 3 łyżki jogurtu naturalnego
- 1/2 szkl. ziaren słonecznika

1 łyżeczka przecieru pomidorowego*

sól i pieprz do smaku

Sposób przygotowania:

Ugotowane jajka obierz i pokrój w kostkę, rzodkiewki posiekaj w pół plastry, szczypiorek opłucz, osusz i posiekaj. Orzechy włoskie także posiekaj.

Cieciorkę odsącz z zalewy, a ziarna słonecznika upraż na suchej patelni i wystudź.

Następnie wszystkie składniki umieść w jednej misce, dodaj jogurt naturalny oraz przecier, wstępnie przypraw i wymieszaj. Na koniec dopraw pod swój smak solą i pieprzem.

*Zamiast przecieru możesz dodać też musztardę – zmienisz i wyostraszysz smak.