



## Salata sa oslićem

### Sastojci

- 600 g Oslić
- 2 Limun
- 1 Luk
- 2 Slatka Zelena Paprika
- 150 g Masline
- 5 grančice Peršun
- 3 Čena belog luka
- 100 mg Maslinovo ulje
- 1 kaf. Kašičica C Senf
- 1 kaf. Kašičica Začin C
- 75 g sušeni paradajz

### Uputstvo

1. Filete oslića poprskati limunovim sokom i kuvati u slanoj vodi 10ak minuta. Paziti da se meso ne raspadne. Kada je riba skuvana, iseći je na manje komade
2. Obariti testeninu.
3. Iseckati ostatak svežeg povrća, masline i sušeni paradajz.
4. U manjoj posudi sjediniti maslinovo ulje, beli luk, peršun i sok od jednog limuna, i dodati C senf i Začin C. Sjediniti sve u jedinstvenu smesu i voditi računa da se meso ne raspadne prilikom mešanja.

### Prehrana

Ugljeni hidrati	15.13 g
Energija	212.84 kcal
Masti	6.83 g
Belančevina	25.25 g

27 Min

5 porcije