

## PRZEPISY FIT&EASY



### SAŁATA Z WĘDZONYM PSTRĄGIEM, RZODKIEWKĄ, SELEREM NACIOWYM, OGÓRKIEM I RUKOLĄ POSYPANA CZARNYM SEZAMEM

#### Przygotowanie:

Na mieszance sałat i rukoli utóż poszarpanego w palcach pstrąga, posiekane w plastry rzodkiewki, ogórka oraz selera. Marchewkę najlepiej pokroić w słupki lub za pomocą obieraczki uzyskać długie i szerokie paski. Całość posyp sezamem. Według mnie najlepszy będzie tutaj [dressing orientalny](#).

#### Składniki:

- 1 opakowanie [Mieszanki sałat Fit&Easy Family](#)
- 120 g wędzonego pstrąga
- Garść rukoli
- Solidna łyżka czarnego sezamu
- 2 duże lub 4 małe rzodkiewki
- 1 kłącze selera naciowego
- 1 mała marchewka
- 1/2 ogórka