Салат "Мазурка"

Автор: Мухаббат
25.04.2013 10:35 -



Очень красочный салат. Я люблю консервированную фасоль и кукурузу, поэтому по всем параметрам этот салат «мой». Быстрый в приготовлении, вкусный и сытный. Единственно, я добавила ещё и белую фасоль, а маринованные огурцы не клала. Выбор, как говорится, за вами!

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 банка (400 гр.) консервированной красной фасоли

1 банка (400 гр.) консервированной белой фасоли

1 банка (400 гр.) консервированной кукурузы

1 крупный сладкий перец

2 шт. маринованных огурцов (я не добавляла)

100 гр. очищенных грецких орехов (у меня пекан)

1 пучок кинзы

2 зубчика чеснока

соль

оливковое или растительное масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

С консервированной фасоли и кукурузы слить жидкость и промыть холодной кипячёной водой.

У сладкого перца удалить плодоножку и семена, вымыть и нарезать мелкими кубиками.

Орехи мелко порубить.

Кинзу вымыть, удалить грубые стебли и тонко нашинковать.

Чеснок очистить и мелко нашинковать, либо пропустить через чеснокодавку.

Маринованные огурцы нарезать мелкими кубиками.

Все подготовленные ингредиенты выложить в чашку, посолить, добавить масло и хорошо перемешать. Дать настояться некоторое время.

{jcomments on}