



Салат из корневого сельдерея и груши



Ингредиенты

◦ Кукуруза сладкая в зернах	1 банка (340г)
◦ Груша	1 шт.
◦ Перец	по вкусу
◦ Петрушка	1 пучок
◦ Масло оливковое	5 ст. л.
◦ Горчица дижонская	1 ч. л.
◦ Уксус винный белый	2 ч. л.
◦ Корень сельдерея небольшой	1 шт.
◦ Соль	по вкусу
◦ Чили	1 шт.

Способ приготовления:



15 мин



6 порции



88 ккал

1. Сельдерей очистите, грушу разрежьте и удалите сердцевину, натрите все в комбайне. Переложите в большую миску.

2. С кукурузы слейте жидкость, выложите к сельдерею и груше.

3. Петрушку и чили измельчите, добавьте к овощам.

4. Из масла, уксуса, горчицы, соли и перца смешайте заправку, заправьте салат. Приятного аппетита!



Совет

Нарезать корень сельдерея не сложно. Разрежьте плод пополам, положите разрезом вниз на доску, срежьте кожицу острым ножом. Нарезьте мякоть так, как этого требует тот или иной рецепт, – кубиками, ломтиками, соломкой и т. д.

Еще больше идей на сайте: <https://bonduelle.ru>