

Zdrowa sałatka z ekologicznym kozim serkiem

Składniki

Szpinak świeży - 200 g
Świeży ogórek - połowa
4 małe pomidory
Świeży serek kozi (naturalny, bądź z czosnkiem i cebulą) 100 g
Boczek pokrojony w kosteczkę - 125 g
Oliwa z oliwek - 2 łyżki
Pieprz do smaku

Przygotowanie

1. Podgrzej piekarnik do 180 stopni.
2. Podsmaż boczek tak, aby był chrupiący.
3. Umyj szpinak i wrzuc do dużej miski.
4. Potnij ogórek i pomidory.
5. Wrzuc serek kozi na 2 minuty do piekarnika, aby sie lekko podgrzał.
6. Do szpinaku dodaj ogórki i pomidory, polej wszystko oliwą z oliwek.
7. Na końcu dorzuc łyżką podgrzany kozi serek i na samym końcu posyp wszystko boczkiem.

Opis

Ta sałatka pozwoli nam szybko zaspokoić nie tylko głód, ale i zapotrzebowanie organizmu na mikroelementy. To dobra propozycja na pożywny prosty posiłek po ciężkim dniu pracy albo wyczerpującym treningu.

Lista zakupów - dostępność produktów zależy od tego, co mają rolnicy

[Ser kozi z ziołami BIO](#)
[Gramatura: 100 gram](#)
[Cena - 11,9 zł](#)

IDŹ DO SKLEPU

[Szpinak baby BIO](#)
[Gramatura: 100 gram](#)
[Cena: 9,99 zł](#)

IDŹ DO SKLEPU

[Świeże warzywa BIO](#)
[Gramatura: zależna od Ciebie](#)
[Cena - od kilku zł](#)

IDŹ DO SKLEPU

[Świeże owoce BIO](#)
[Gramatura: kup tyle, aby pozostały świeże](#)
[Cena: sprawdź sam](#)

[IDŹ DO SKLEPU](#)