

# (odc.20) chrupiąca sałatka z kielkami

Przepis z programu [Przekrety Jamiego Olivera](#) (odc.20)

ilość osób: 4

trudność: **łatwe**

## Składniki

2 garści kielków lucerny i brokułów (albo kozieradki)

2 garści kielków fasoli mung

2 garści kielków słonecznika

mieszanka jadalnych kwiatów

pęczek mięty

2 małe cukinie

2 główki radicchio Treviso lub czerwonej cykorii

pęczek młodej marchewki

1 fenkuł

1 pęczek rzodkiewek

1 mały seler naciowy

## Na sos

2 łyżki (30 ml) musztardy Dijon

4 łyżki (60 ml) creme fraiche

1-2 łyżki (15-30 ml) oliwy

2-3 łyżki octu ziołowego lub z białego wina

sól i pieprz

## Przygotowanie

Oderwać listki mięty z łądyżek. Odkroić ogonki, cukinie przekroić wzdłuż na pół i pokroić wzdłuż na cienkie plasterki. Cykorie przekroić wzdłuż na pół, a następnie pokroić na cienkie paski. Marchewkę pokroić wzdłuż na cienkie paski. Fenkuł przekroić na pół i pokroić na cienkie plasterki. Rzodkiewki pokroić na cienkie plasterki. Z selera naciowego usunąć zewnętrzne łądygi, odkroić końce, przekroić w poprzek na pół i pokroić łądygi wzdłuż na cienkie plasterki. W dużej misce zmieszać kielki, kwiaty, mięte, cukinię, cykorię, marchewkę, fenkuł, rzodkiewki i seler naciowy. Zmieszać składniki sosu i połączyć sałatkę. Wymieszać wszystko razem.

© Jamie Oliver 2002