

# (odc.46) sałatka z kraba

Przepis z programu [Przekrety Jamiego Olivera](#) (odc.46)

trudność: **łatwe**

## **Składniki**

białe mięso z 1 kraba  
1 różowy grejpfrut  
1 papryczka chilli  
pęczek bazylii  
6 łyżeczek (30 ml) oliwy extra vergine  
pieprz  
2-3 duże garści mieszanki sałat, kiełków i młodych pędów



## **Przygotowanie**

Okroić grejpfrut ze skóry, wykroić segmenty i włożyć do miseczki. Z resztek grejpfruta wycisnąć na segmenty sok. Mięso kraba włożyć do miseczki. Papryczkę chilli drobno posiekać (ew. usunąć pestki) i dodać do kraba. Oderwać liście bazylii z łodyżek, zwinąć w rulon i pokroić na cienkie pasemka, dodać do kraba. Polać mięso kraba 6-7 łyżkami (90-105 ml) soku z grejpfruta, dodać 4 łyżeczki (20 ml) oliwy, szczyptę pieprzu i wymieszać wszystko widelcem. Mieszankę zieleniny skropić 2 łyżeczkami (10 ml) oliwy, delikatnie wymieszać rękami i przełożyć na duży talerz. Wyłożyć na sałatę segmenty grejpfruta, polać resztą soku i wyłożyć na wierzch mięso kraba z dodatkami.

Porcja na 2-3 osoby

© Jamie Oliver