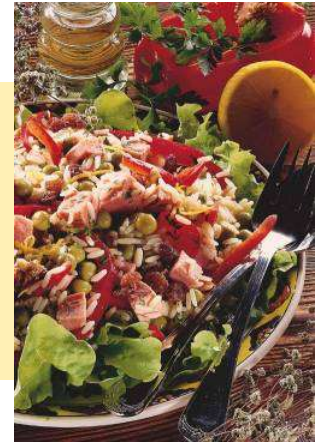


# Salatka ryżowa

## Składniki

Szklanka ryżu ugotowanego na sypko, mała puszka zielonego groszku, 20 dag chudej szynki, strąk czerwonej papryki, 3 łyżki posiekanych orzechów włoskich, 3 łyżki rodzynek, 2 łyżki posiekanych zielonych listków lub płaska łyżka otartego majeranku, po łyżce posiekanej zielonej pietruszki i koperku, 5-6 łyżek oliwy, 2 łyżki soku z cytryny, ćwierć łyżeczki skórki otartej z cytryny, szczypta cukru, sól, pieprz



## Sposób przyrządzenia

Ugotowany ryż skropić łyżeczką soku z cytryny, wymieszać. Groszek odcedzić. Umytą i oczyszczoną z gniazd nasiennych paprykę pokroić w cienkie paski, a szynkę w kostkę. Wymieszać dokładnie sok z cytryny z solą, pieprzem, cukrem i olejem, a następnie z ryżem. Dodać orzechy, rodzynki, paprykę, szynkę, groszek i zieleninę. Ponownie wymieszać, przykryć, wstawić na 2-3 godz. do lodówki. Podawać w salaterce wyścielonej liśćmi sałaty, udekorować ćwiartkami pomidorów i gałązkami majeranku. 100 g - 175 kcal.