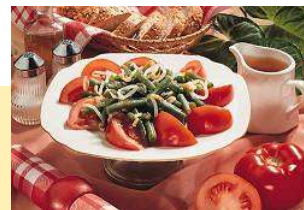


Z fasolki szparagowej i pomidorów

Składniki

50 dag zielonej fasolki szparagowej lub duża puszka konserwowej, 2-3 mięsiste twarde pomidory, 10 dag kiełków sojowych, 3 łyżki oliwy, 3 ząbki czosnku, sok z cytryny lub 2 łyżki octu winnego, łyżeczka cukru, pieprz, sól



Sposób przyrządzenia

Oczyszczoną fasolkę ugotować w osolonym i lekko posłodzonym wrzątku, osączyć i pokroić na kawałki. Fasolkę konserwową osączyć. Pomidory pokroić na małe cząstki. Kiełki zblanszować, osączyć, ostudzić i pokroić. Warzywa doprawić sokiem cytrynowym, zmiażdżonym czosnkiem i przyprawami. Wlać oliwę, wymieszać, schłodzić sałatkę w lodówce.