

Rýžový salát ze Středního východu

Doba přípravy: 10 min, doba vaření: 25 min

Ingredience:

1 PL olivového oleje
160g konzervované nebo vařené cizrny
špetka mletého kmínu
sůl a čerstvě mletý pepř
150g hnědé rýže
8 datlí
1-2 stonky čerstvé máty
1 stonek hladkolisté petrželky
1 malá cibule
(* PL - polévková lžíce)

Postup:

Rýži uvařte v osolené vodě. Cizrnu slijte a nechte okapat. Listy máty a petrželky nasekejte. Datle vypeckujte a rozkrojte na čtvrtiny.

Cibuli oloupejte a nakrájejte najemno. Osmážte ji na oleji do zlatova a odstavte. Přidejte cizrnu, osolte, opepřete a zasypte kmínem. Promíchejte a dejte do mísy.

K cizrně přidejte rýži, datle a bylinky, promíchejte a salát servírujte teplé nebo při pokojové teplotě.