



przepisy.pl

## Sałatka z selera i ananasa



 15 minut  4 osoby  Łatwe

### Składniki:

- seler naciowy - 1 sztuka
- rukola - 200 gramów
- Sos sałatkowy włoski Knorr** - 1 opakowanie
- pomidory cherry - 12 sztuk
- ananas świeży (ewentualnie w puszce) - 1 sztuka
- pomarańcza - 1 sztuka
- orzeszki piniowe - 50 gramów
- oliwa z oliwek - 50 mililitrów
- grzanki - 3 łyżki

[Zamów świeże składniki z dostawą do domu do wybranych przepisów. Sprawdź.](#)

### Sposób przygotowania:

1. Selera oczyść, obierz wzdłuż, pozbywając się włókien. Sparz w osolonym wrzątku, przełóż do miski z zimną wodą. Po chwili pokrój pod kątem w długie paski.
2. Rukolę umyj, wysusz i oczyść, dodaj do selera.
3. Orzechy upraż na patelni. Pomidorki pokrój na ćwiartki, a ananasa w kostkę.
4. Pomarańczę obierz, wytnij nad miską filety, zachowując sok, który będzie ściekał do miski.
5. Wymieszaj wszystkie warzywa i owoce. Dodaj rukolę oraz orzechy.
6. Sos sałatkowy Knorr wymieszaj ze świeżym sokiem pomarańczowym i oliwą z oliwek, następnie polej nim sałatkę. Sałatkę podawaj z grzankami.

---

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego [www.przepisy.pl](http://www.przepisy.pl). Znajdź nas na Facebooku [www.facebook.com/przepisypl](https://www.facebook.com/przepisypl)