

## **Rychlý super zdravý salát s konopným semínkem** (1 porce)

Chutný zeleninový salát s konopným semínkem je nejen zdravý, ale i osvěžující. Ideální i jako příloha.

### **Složení:**

2 polévkové lžíce semínek konopí  
hrst listových salátů  
1/4 oranžové nebo červené papriky  
nakrájený malý trs klíčků vojtěšky  
čtvrtina avokáda, oloupaného a nakrájeného  
5 černých oliv nakrájených na plátky

**Příprava:** V trochu větší misce smíchejte všechny přísady dohromady.

**Zálivka:** 1 čajová lžička dijonské hořčice, 1 stroužek utřeného česneku, 3 lžíce octa, mořská sůl, čerstvě mletý černý pepř a 1/2 šálku olivového oleje.