



Borůvková farma Tatobity

Kanadské borůvky pro vás pěstujeme na naší rodinné borůvkové farmě v čisté přírodě Českého Ráje. Čerstvě natrhané plody našich borůvek můžete zakoupit během července a srpna na adrese Tatobity 251, 512 53 Tatobity, telefon 605 530 874. Na našem webu je možnost rezervace on-line :-).



WWW.BORUVKOVAFARMA.CZ

VÁŠ OSOBNÍ ZAHRADNÍK

komplexní údržba zahrad,
parků a veškeré zeleně

- sečení a údržba zeleně
- instalace robotických sekaček
- instalace závlahových systémů



602 11 11 03
602 11 11 04

www.green-garden.eu

Bezhladoveni.cz

dodají každému jídlu báječnou a svěží chuť. Náš broskvový salát s quinoou je toho důkazem.

MNOŽSTVÍ. 1 porce
CELKOVÝ ČAS: 20 minut

Ingredience

- salátové listy
- 1 větší broskev
- hrst borůvek
- 1 menší červená cibule
- 1 hrnek uvařené quinoy
- ½ salátové okurky nebo cukety
- šťáva z ½ pomeranče
- pár lístků meduňky

Postup

1. Quinou spáříte, hodíte do vroucí vody a vaříte po dobu 15 minut.
2. Listy salátu opláchněte, osušte a natrhejte.
3. Broskev a borůvky omyjte.
4. Cibuli nakrájejte nadrobno.
5. Okurku nakrájejte (ručně nebo za pomoci spiralizéru) na tenké plátky.
6. Meduňku nasekejte nadrobno a lehce prošlehejte s pomerančovou šťávou.
7. Všechny ingredience zlehka promíchejte a podávejte.

TYP JÍDLA: Salát
ZPŮSOB PŘÍPRAVY: Syrové
STRAVOVACÍ STYL: Bez laktózy, Bez lepku, Vegan, Vegetarian

Autor: Andrea Hrečková

www.bezhladoveni.cz

- **samosběr jahod**
- **prodej jahod**
- **prodej uznané sadby**
 - jahodníků
 - borůvek
 - maliníků
- **prodej brambor**
- **prodej českého česneku**
- **prodej cibule a zeleniny**

Jahody

Pavel Bonk



ul.Franty Šumavského
(až za kruhovým objezdem)
339 01 Klatovy

Facebook : jahodárna Klatovy
www.JahodyKlatovy.cz
tel.: 604 557 096
tel.: 731 091 819

Josef Starkl
Váš zahradník

PESTRÝ VÝBĚR
ROSTLIN VHODNÝCH PRO
AKTUÁLNÍ VÝSADBU
ZAKOUPÍTE NA

eshop.starkl.com