



## Recepti iz EKO vložene zelenjave

[www.eko-podezelje.si](http://www.eko-podezelje.si)

Preizkusite naslednje okusne recepte iz vložene zelenjave. Za pripravo jedi uporabljajte polnovredne, kakovostne sestavine iz ekološke pridelave in predelave. Dober tek!



### Krompirjeva solata s kumaricami

**Sestavine:** 500 g krompirja, 5 kosov redkev, 2 kosa kisle kumare, 60 g posebne salame, 100 g manj mastnega jogurta, drobnjak, 1 žlica majoneze, sol, poper

**Priprava:** Opran krompir v slani vodi skuhamo v olupkih. Nato ga olupimo, počakamo da se nekoliko ohladi in narežemo. Redkvice operemo in narežemo. Kisle kumare in posebno salamo narežemo. Drobnjak sesekljamo. V posodici zmešamo jogurt, majonezo, sol in poper. H krompirju dodamo redkvice, kisle kumare, posebno salamo in drobnjak. Prelijemo s pripravljenim prelivom in premešamo. Solato postrežemo na listih zelene solate.



### Osvežilna solata malo drugače

**Sestavine:** 300 g banan, 100 g jabolk, 300 g sira (gavda), 100 g kislh kumar, 2 kosa kisle paprike, 3 žlice manj mastnega jogurta, 100 g majoneze, svež limonin sok, 1 čajna žlička gorčice, sol, poper, peteršilj, sladkor po želji

**Priprava:** Banane in jabolka olupimo in narežemo. Sir narežemo na kocke. Kisle kumare in kislh papriki narežemo. Pripravimo preliv iz majoneze, jogurta, limoninega soka, gorčice, soli, popra, sladkorja in peteršilja. V posodi vse skupaj zmešamo ter prelijemo s pripravljenim prelivom.



### Solata iz rdeče pese in hrena

**Sestavine:** 400 g vložene rdeče pese, 150 g hrena, olivno olje

**Priprava:** Vloženo rdečo peso damo v skledo, po okusu dosolimo, dodamo nariban hren in olje. Dobro premešamo.

Več receptov na [www.eko-podezelje.si](http://www.eko-podezelje.si)

## Kje do EKO izdelkov?

- Trgovina Zelena točka Murska Sobota (BTC) | pon.- sob. 8.00 - 20.00
- Trgovina Zelena točka Ljubljana (Citypark) | pon. - pet. 9.00 - 21.00 | sob. 8.00 - 21.00
- Ekološka tržnica Maribor | Glavni trg, Maribor | pet.: 9.00 - 12.00
- Ekološka tržnica Europark Maribor | sre.: 14.00 - 19.00
- Partnersko kmetovanje dvorišče KGZS-Zavod Maribor | Vinarska 14 | čet.: 16.00 - 17.00 (poleti 19.00 - 20.00)
- Baronova trgovinica na Izletniško ekološki kmetiji Uranjek »Pri Baronu« | Planica 6 | 2313 Fram | sob.-ned: 10.00 - 17.00. Čez teden po dogovoru. Prazniki zaprto.