

Tuňákový salát s kukuřicí

Kategorie: [Předkrmy](#)

Autor: amy009



Suroviny

Porce: 2

- tuňák ve vlastní šťávě 2 plechovka
- majonéza 1 lžíce
- sterilované kukuřice 1 plechovka
- cherry rajčátka 5 ks
- cibule 1 ks
- bílý jogurt 4 lžíce
- listy salátu 2 ks
- cereální bulka 2 ks

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Určen pro: Dietní

Způsob přípravy: Bez vaření - např. u salátů

Zařazení: Svačina

Země: Česká republika

Počet porcí: 2

Postup:

Oloupanou nakrájenou cibuli vložíme do mísy, přidáme tuňáka i se šťávou a kukuřici bez nálevu. Doplníme majonézou, jogurtem a promícháme. Zakápneme citr.šťávou a dochutíme solí a pepřem. Vychlazený salát plníme do bulek vyložených salátem a obložíme rajčátky nakrájenými na půlky.