

Zeleninový salát sterilovaný

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Cukr 600 g
- Cibule 1 kg
- Feferonka 10 ks
- Hlávkové zelí 2 kg
- Mrkev 1 kg
- Paprika 1 kg
- Olej 2 lžíce
- Deko 1 ks
- ocet 1 ks

Doba přípravy: 60 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Zelí zbavíme středů a nastrouháme na kráječky. Mrkev nastrouháme nahrubo, feferonky a papriky nakrájíme na nudličky, cibuli nakrájíme na kolečka. Toto vše dobře promícháme ve velké nádobě, posypeme krystalovým cukrem a již nemícháme.

Ocet, olej a deko smícháme a přelijeme tím salát. Nádobu přikryjeme a zeleninový salát necháme 24 hodin uležet. Druhý den salát plníme do skleniček a zaléváme vlastní šťávou. Dávka je asi na 15 skleniček. Zeleninový salát sterilujeme při 85 °C asi 15 minut.

Sterilovaný zeleninový salát podáváme jako přílohu nebo jen tak samotný.