

Salát z červené řepy a jablek

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Červená řepa 500 g
- Jablko 500 g
- Citrónová šťáva 2 lžíce
- Drcený kmín 1 ks
- Cibule 1 ks
- Olej 1 lžíce
- Strouhaný křen 2 lžíce
- Řeřicha 1 ks
- Cukr 1 ks
- Sůl 1 ks
- Kysaná smetana 1 ks

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Slovensko

Počet porcí: 4

Postup:

Syrovou řepu i jablíčka očistíme, oloupeme a jemně nastrouháme.

Řepu a jablka smícháme. Přidáme strouhaný křen nebo krenex, jemně pokrájenou cibuli, drcený kmín a citronovou šťávu. Salát přelijeme olejem, promícháme a podle chuti osladíme a přisolíme. Salát z červené řepy a jablek necháme v chladu odležet.

Salát z červené řepy a jablek rozdělíme do misek a na každou porci dáme trochu kysané smetany a řeřichy. Pak salát ihned podáváme.