

Salát z červeného zelí s jablky

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Hlávkové zelí 1 ks
- Jablko 2 ks
- Jarní cibulka 2 ks
- Olivový olej 1 ks
- Ocet 1 ks
- Cukr moučka 1 ks
- Pepř, sůl 1 ks

Doba přípravy: 15 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Menší hlávku zelí očistíme a nastroháme na hrubším struhadle. Kyselejší jablka očistíme a také nastroháme. Cibulky nakrájíme najemno. Místo cibulek můžeme použít jednu klasickou cibuli.

V míse smícháme zelí s jablky a cibulí. Salát osolíme, opepříme a podle chuti přidáme i ocet, olej a cukr. Salát z červeného zelí s jablky důkladně promícháme a dáme odležet asi na 1 hodinu.

Salát z červeného zelí s jablky podáváme k přírodnímu masu nebo jako lehkou večeři s opečenou bagetou.