

Zaječí mls

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 3

- Mrkev 4 ks
- Cukr 2 lžíce
- Pomeranč 1 ks
- Rozinky 2 lžíce
- Citrónová šťáva 1 ks

Doba přípravy: 15 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 3

Postup:

Škrabkou oškrábeme mrkve a nastrouháme je na jemném struhadle. Konečky mrkve do jídla nedáváme.

Rozinky opláchneme v cedníku pod tekoucí vodou a vmícháme je do misky s nastrouhanou mrkví. Přidáme 2 lžíce cukru nebo medu a citronovou šťávu.

Oloupeme pomeranč nebo grapefruit, rozebereme ho na měsíčky a nakrájíme na menší kousky. Zrníčka vyndáme. Nakrájený pomeranč vmícháme do mrkve.

Zaječí mls podáváme jako výborný ovocný salát, který skvěle chutná a osvěží.