

Čočkovo-zeleninový salát

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 3

- Cibule 1 ks
- Olivový olej 1 lžíce
- Česnek 3 stroužek
- Rajče 2 ks
- Pepř, sůl 1 ks
- Velkozrnná čočka 250 g
- Paprika 1 ks
- Sterilované okurky 2 ks
- Vejce natvrdo 2 ks
- Nálev z okurek 3 lžíce

Doba přípravy: 45 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 3

Postup:

Uvařenou a vychladlou čočku dáme do misky. Podle chuti osolíme a opeříme.

Uvařená vajíčka a všechnu zeleninu nakrájíme na drobné kostičky a postupně přidáme do misky k čočce. Salát zamícháme, zalijeme nálevem z okurek a olivovým olejem. Znovu vše promícháme a necháme v chladu 2 hodiny uležet.

Čočkovo-zeleninový salát podáváme jako samostatný chod nebo jako přílohu.

