

Dvoubarevný výživný salát

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 3

- Sójové boby 150 g
- Cibule 1 ks
- Červené fazole v nálevu 1 ks
- Citrón 1 ks
- Pepř, sůl 1 špetka
- Pažitka, olej 1 ks

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 3

Postup:

Předem namočené sójové boby uvaříme doměkka. Vodu slijeme a boby necháme okapat. Promastíme je olejem a vložíme do salátové mísy.

K bobům přidáme červené fazole, nadrobno pokrájenou cibulku a promícháme. Salát okyselíme šťávou z citronu, osolíme a opeříme. Vše dobře zamícháme.

Před podáváním posypeme jednotlivé porce dvoubarevného salátu nasekanou pažitkou.