

Salát se sýrem a kabanosem

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Rajče 5 ks
- Dietní kabanos 20 g
- Balkánský sýr 1 ks
- Bílý jogurt 1 ks
- Tvrdý sýr 20 g
- Toastový chléb 1 ks

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Rajčata nakrájíme na měsíčky, větší kusy ještě můžeme rozčtvrtit. Rajčata vložíme do větší misky.

Tvrdý a balkánský sýr si nastrouháme najemno.

Do misky k rajčatům přidáme bílý jogurt, přidáváme podle hustoty. Doplníme o nastrouhaný sýr. K salátu můžeme přidat na kostičky nakrájený dietní kabanos nebo salám.

Vše promícháme a dáme do lednice. Salát se sýrem a kabanosem podáváme s toastovým chlebem.