

Pomerančovo-mrkvový salát s medem

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 2

- Pomeranč 1 ks
- Mrkev 3 ks
- Jablko 1 ks
- Med 1 ks
- Citrón 1 ks

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 2

Postup:

Mrkev oškrábeme a nastrouháme na jemném struhadle. Jablíčko oloupeme a nastrouháme nahrubo. Z citronu vymačkáme asi lžíci šťávy. Pomeranč oloupeme (i z bílé slupky) a nakrájíme na kousíčky.

Mrkev a jablko dobře promícháme, pokapeme citronovou šťávou, osladíme lesním medem a v závěru přimícháme i kousky pomeranče.

Pomerančovo-mrkvový salát s medem můžeme podávat ihned, ale řekla bych, že lepší je po odležení v lednici.