

Křupavý barevný zelný salát

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Cibule 1 ks
- Mrkev 2 ks
- Hlávkové červené zelí 1 ks
- Petržel 1 lžíce
- Vlašské ořechy 2 lžíce
- Rozinky 2 lžíce
- Bílé zelí 1 ks
- Olivový olej 3 lžíce
- Jablečný ocet 1 lžíce

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Červené i bílé zelí omyjeme a nadrobno nakrájíme. Můžeme použít i robot, máme-li ho k dispozici. Cibuli oloupeme, omyjeme a nakrájíme najemno. Mrkev očistíme, omyjeme a nastrouháme na hrubším struhadle.

Rozinky spaříme horkou vodou a necháme odkapat. Jádra vlašských ořechů nasekáme najemno. Petrželku omyjeme a nakrájíme nadrobno. Do mísy dáme připravenou zeleninu, rozinky, ořechy,

petrželku a lehce promícháme.

Připravíme si zálivku. Ocet smícháme s olivovým olejem a hotovou zálivkou přelijeme salát. Promícháme a můžeme podávat.