

Salát s kari a bazalkou

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Hlávkový ledový salát 1 ks
- Okurka 1 ks
- Rajče 4 ks
- Zakysaná smetana 250 ml
- Bazalka 1 ks
- Kari 1 ks
- Pepř, sůl 1 špetka

Doba přípravy: 15 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Zeleninu omyjeme. Salát nahrubo rozkrájíme, rajčata a okurku nakrájíme na malé kousky. Pokud máme okurku z vlastní zahrádky, chemicky neošetřenou, slupku neloupeme a okurku krájíme i s ní. Bazalku jemně nasekáme.

Připravenou zeleninu s bazalkou promícháme a rozdělíme do misek. Salát osolíme, opepříme a posypeme kari kořením. Nakonec na každou porci navrstvíme asi 2 lžíce zakysané smetany.

Salát s kari a bazalkou podáváme samotný nebo jako přílohu ke smaženému a grilovanému masu.