

Salát ze žampionů

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: Monyszek



Suroviny

Porce: 4

- Žampiony 600 g
- Citrón 1 ks
- Olej 4 lžíce
- Ocet 4 lžíce
- Jarní cibulka 2 ks
- Olivový olej 2 lžíce
- Pepř, sůl 1 špetka

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Cibulku a petrželku jemně nasekáme.

Žampiony omyjeme, kloboučky sloupneme a nakrájíme na plátky. Pokapeme vymačkanou šťávou z citronu. Na pánvi rozežhřejeme olej, na něm krátce osmahneme žampiony a asi 4 minuty je podusíme ve vlastní šťávě.

Olej smícháme s octem, cukrem, solí a pepřem. Můžeme případně naředit trochou studené vody.

Podušené žampiony přendáme do misky, přisypeme cibulku, polijeme okořeněným octem s olejem a dobře promícháme. Necháme vychladnout.

Žampionový salát posypeme nasekanou petrželkou. Podáváme jako přílohu k minutkám z masa.