

Salát s červenou řepou podle Jardy

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Cibule 1 ks
- Avokádo 1 ks
- Majonéza 1 ks
- Červená řepa 2 ks
- Citrón 1 ks
- Brambory 400 g
- Pepř, sůl 1 špetka

Doba přípravy: 25 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Nejprve si uvaříme červenou řepu a v druhém hrnci brambory ve slupce. Uvařenou řepu nakrájíme na kostičky, brambory oloupeme a nakrájíme na plátky. Avokádo rozpůlíme, vyjmeme pecku, oloupeme, dužninu nakrájíme na kostičky a pokapeme citronovou šťávou. Cibuli oloupeme a nakrájíme na kolečka nebo půlkolečka.

Ve větší míse smícháme červenou řepu, brambory, avokádo a cibuli. Salát osolíme, opepříme, přidáme majonézu light nebo jogurt a vše pořádně promícháme.

Salát s červenou řepou podle Jardy podáváme vychlazený jako samostatný chod nebo jako přílohu k různě připraveným masům.

