

Zeleninový salát s petrželkou

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Rajče 2 ks
- Čínské zelí 1 ks
- Okurky 3 ks
- Petržel 1 ks
- Balkánský sýr 1 ks
- Citrónová šťáva 1 ks
- Bylinková sůl 1 ks
- Pepr, sůl 1 špetka

Doba přípravy: 25 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Veškerou zeleninu si pořádně omyjeme, i listy salátu, které použijeme na ozdobu. Rajčata nakrájíme na větší kousky, stejně postupujeme s čínským zelím a oloupanou okurkou. Zeleninu v míse promícháme.

Zeleninový salát výrazně ochutíme bylinkovou solí, sušenou petrželkou (tou nešetříme) a mletým bílým pepřem. Zakapeme čerstvou citronovou šťávou podle chuti. Necháme chvíli proležet v lednici a poté slijeme šťávu, která nám vznikne.

Zeleninový salát s petrželkou servírujeme na list čínského zelí a do středu "nadrobíme" trochu

balkánského sýru. Ozdobíme podle libosti a podáváme jako lehký předkrm.