

Vitamínový salát s rýží

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Mrkev 100 g
- Sterilované okurky 100 g
- Ředkev 150 g
- Majonéza 50 g
- Natural rýže 300 g
- Cibule 100 g
- Sterilované žampiony 100 g
- Kukuřice 100 g
- Hřebíček 1 ks
- Olej 1 ks
- Mořská sůl 1 ks

Doba přípravy: 45 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Slovensko

Počet porcí: 4

Postup:

Rýži uvaříme doměkka se solí, olejem, hřebíčkem a případně dalším kořením podle chuti.

Zeleninu slijeme z nálevu, drobně nakrájíme nebo nastrouháme a vše dobře promícháme.

Zeleninu přidáme k uvařené rýži, vmícháme scezené žampiony pokrájené na menší kousky a salát spojíme majonézou.

Vitamínový salát s rýží podáváme jako hlavní chod rozdělený na talířcích nebo v mističkách.