

Zelný salát s estragonem

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Cibule 1 ks
- Zelí 250 g
- Pepř, sůl 1 špetka
- Estragon 1 ks
- Ocet 1 ks
- Cukr 1 ks
- Olej 1 ks
- Voda 1 l

Doba přípravy: 160 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Čerstvé zelí nakrájíme na nudličky, pak ho osolíme, opepříme a pocukrujeme. Rukama zelí promačkáme - pustí šťávu a zkřehne. Pokapeme ho olejem a přelijeme octem přidáme estragon, případně přidáme trochu vody.

Do zelí vmícháme nadrobno nakrájenou cibuli, řádně promícháme a necháme asi 8 hodin proležet.

Podáváme k různým druhům pokrmů i jako samostatný pokrm - například v období nedostatku ovoce a zeleniny jako lehkou a zdravou svačinu.