

Jarní chřestový salát s ředkvičkami

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: wencek



Suroviny

Porce: 4

- chřest 1 svazek
- ředkvičky 1 svazek
- mrkev 2 ks
- olivový olej 3 lžíce

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Bez vaření - např. u salátů

Země: Německo

Počet porcí: 4

Postup:

Ředkvičky zbavte listů, omyjte je a nakrájejte na plátky.

Chřest oloupejte (pokud se rozhodnete použít bílý) a odlomte zdřevnatělé části. Mrkve očistěte a nakrájejte na menší kousky, případně na nudličky.

Vařte společně v osolené vodě asi 8 minut. Nechte odkapat, vložte do salátové mísy a dejte chladit. Chřest pokrájejte na cca 4 cm dlouhé kousky.

Z olivového oleje, citronové šťávy, trochy vody z vaření chřestu, posekaných bylinek, soli a pepře smíchejte zálivku, nalejte ji do mísy na zeleninu a promíchejte.