

Zelný salát s česnekem a zeleninou

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Vegeta 1 ks
- Petrželová nať 1 ks
- Bílé hlávkové zelí 3 kg
- Cibule 2 ks
- Rajské jablíčko 1 kg
- Česnek 4 stroužek
- Majonéza 2 lžíce
- Mořská sůl 1 špetka

Doba přípravy: 150 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Rajská jablíčka si nakrájíme nadrobno. Cibuli a česnek si očistíme a nasekáme najemno. Petrželovou nať si nasekáme rovněž najemno.

Bílé hlávkové zelí jemně nastrouháme, osolíme nejlépe mořskou solí. Dobře promícháme a necháme 2 hodiny odležet.

Po dvou hodinách přidáme připravené, nakrájené ingredience, zjemníme majonézou a dochutíme vegetou. Znovu dobře promícháme a necháme odležet.

Můžeme podávat s černým chlebem a sýrem.