

Barevný salát

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 6

- Zelená paprika 1 ks
- Cukr moučka 2 lžička
- Cherry rajčata 10 ks
- Salátová okurka 1 ks
- Červená paprika 1 ks
- Voda 1 dl
- Pekingské zelí 1 ks
- Olej 11 lžíce
- Žlutá paprika 1 ks
- Pepř, sůl 1 špetka
- Ocet 1 dl
- Sterilovaná kukuřice 1 ks

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 6

Postup:

Všechny potřebné suroviny nakrájíme. Pekingské zelí (čínské) nakrájíme klidně na jemno či na proužky. Ostatní suroviny taktéž najemno. Může být na kostičky. Rozhodně záleží na množství lidí. Pokud zelí bude větších rozměrů, se všemi přísadami množství nabude. Můžete použít klidně jen půl plechovky kukuřice. Ostatní suroviny jako sůl, pepř, ocet, olej, voda upravte podle sebe tak, aby vám salát chutnal.

V míse smícháme zeleninu a salát ochutíme solí, pepřem, octem, olej a případně vodou.

Barevný salát můžete různě měnit. Ubrat či přidat jiné suroviny - jako třeba fazolky zelené, či přidat najemno šunku nebo sýr. Velmi chutný je barevný salát s restovaným kuřecím masem. Může se podávat jako lehká večeře.