

Okurka s kořeněnou zálivkou

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 3

- Okurka 1 ks
- Kapary 1 lžíce
- Nakládaná červená chilli paprička 5 ks
- Petržel 1 ks
- Bílý vinný ocet 1 lžička
- Voda 1 lžíce
- Sójová omáčka 4 lžíce
- Olivový olej 2 lžíce
- Sůl 1 špetka

Doba přípravy: 35 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 3

Postup:

Okurku omyjeme, osušíme a nožikem na ni vyřízneme ozdobné proužky. Potom ji podélně rozkrojíme a nakrájíme na kousky asi 3 - 4cm dlouhé. Okurku lehce osolíme, vložíme do misky, zakryjeme a necháme 30 minut odpočinout.

Kapary necháme okapat. Nakládané červené chilli papričky zbavíme zrníček a nakrájíme na malé kousky. Zálivku připravíme smícháním sójové omáčky, vody, vinného octa a oleje.

Odleželé okurky omyjeme a osušíme. V míse je promícháme s papričkami, kapary a zálivkou. Potom

vše vložíme do mikrovlnné trouby a zahříváme 1 minutu při nejvyšším výkonu. Nakonec vmícháme nasekanou petrželku. Před podáváním necháme vychladit.

Okurku s chilli papričkami a kořeněnou zálivkou podáváme jako studenou přílohu k masitým pokrmům nebo samostatně s pečivem.