

Salát z rýže a zeleniny

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Pórek 1 ks
- Okurka 1 ks
- Rajče 4 ks
- Jogurtový dresink 60 ml
- Rýže 150 g
- Paprika 3 ks
- Pepř, sůl 1 špetka

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Rýži přebereme, spaříme vroucí vodou a ve slané vodě uvaříme doměkka. Na sítu necháme rýži okapat a vychladnout.

Okurku oloupeme a nakrájíme na kostičky. Pórek očistíme, opláchneme a nakrájíme na kolečka. Rajčata a papriky očistíme, omyjeme a pokrájíme na proužky.

V míse promícháme studenou rýži s připravenou zeleninou, vmícháme dresink a podle chuti osolíme a opepříme.

Salát z rýže a zeleniny podáváme vychlazený.

