

Šmrncovní salát z čínského zelí

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Čínské zelí 1 ks
- Kysané zelí 3 lžíce
- Cibule 1 ks
- Tatarka 1 lžíce
- Cukr 1 ks
- Sůl 1 špetka

Doba přípravy: 10 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Čínské zelí rozdělíme na listy a omyjeme. Nakrájíme na drobné nudličky a vložíme do mísy.

Na centimetrové nudličky nakrájíme také cibuli. Pokud je velká, stačí půlka, menší cibuli můžeme přidat celou. Nakrájíme si kysané zelí. Přidáme dvě, maximálně tři lžíce, aby chuť zelí nepřevažovala. Dáme do mísy.

Jako zálivku použijeme tatarku s troškou vody a cukru, ale můžeme samozřejmě nahradit jogurtem nebo lehkým dresinkem. Zálivku smícháme se salátem a je hotovo. Šmrncovní salát z čínského zelí necháme pokud možno chvíli odstát v ledničce.

Šmrncovní salát z čínského zelí podáváme s čerstvým pečivem nebo jen tak.

