

Květákový salát do sendvičů

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Majonéza 1 šálek
- Sušená hořčice 1 lžička
- Citrónová šťáva 2 lžička
- Květák 1 ks
- Petrželová orientální směs 1 lžička
- Koření Spike 1 lžička
- Mořská sůl 1 lžička

Doba přípravy: 25 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: USA

Počet porcí: 4

Postup:

Květák očistíme a uvaříme v páře doměkka.

Pak květák rozmačkáme. Přidáme koření, citronovou šťávu a majonézu. Petrželové koření můžeme nahradit oreganem. Salát důkladně promícháme.

Květákový salát podáváme na toastech nebo sendvičích s plátkem rajčete a klíčky. Můžeme jej použít také jako náplň do různých závinů s klíčky, salátem, nastrouhanou mrkví a rajčaty nebo náplň do artyčoků či rajčat.