

Smetanový listový salát

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Jablečný ocet 1 lžička
- Hlávkový salát 1 ks
- Kysaná smetana 1 ks
- Cukr 1 lžička
- Sůl 1 špetka
- Jarní cibulka s natí 1 svazek

Doba přípravy: 10 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Nať z jarní cibulky nakrájíme a vložíme do mísy. Osolíme (asi čtvrt lžičky) a lžící pomačkáme, aby pustila cibulka šťávu.

K cibulce přidáme kelímek kysané smetany, lžičku cukru a lžičku octa. Promícháme. Přidáme omytý a okapaný hlávkový salát, do mísy ho natrháme. Můžeme přidat i omyté lístky rukoly nebo polníčku.

Smetanový listový salát podáváme vychlazený nejlépe k masu. Salát se výborně hodí při grilování.