

Zeleninovo-sýrový salát s bylinkami

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Olivový olej 1 lžíce
- Sterilovaná kukuřice 1 ks
- Bílá paprika 2 ks
- Rajče 2 ks
- Ledový salát 1 ks
- Balkánský sýr 200 g
- Eidam 100 g
- Salátové bylinky 1 ks
- Citrón 1 ks
- Pepř 1 špetka

Doba přípravy: 25 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Připravíme si salát, papriku, rajče a kukuřici. Salát zbavíme svrchních listů a nakrájíme na nudličky. Kukuřici slijeme, rajčata nakrájíme na kousky, papriky na kostičky.

Zeleninu vsypeme do misky, zasypeme salátovými bylinkami (použila jsem mlýnek), čerstvě namletý pepř, pokapeme citronem a vmícháme olej. Nakonec zlehka promícháme s na kostičky nakrájeným balkánským sýrem a eidamem.

Zeleninovo-sýrový salát s bylinkami nenecháváme vychladit, použijeme dobře vychlazené suroviny. Podáváme jako lehký hlavní chod.