

Osvěžující okurkový salát

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Pažitka 1 lžíce
- Cottage 1 ks
- Tatarská omáčka 4 lžíce
- Koření na tzatziky 1 lžička
- Bílý jogurt 1 ks
- Salátová okurka 3 ks
- Pepř, sůl 1 špetka

Doba přípravy: 35 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Salátovou okurku oloupeme a nastrouháme nahrubo a trochu z ní vymačkáme vodu. Pažitku nadrobno nasekáme.

Okurku dáme do mísy, přidáme cottage, hustý bílý jogurt, koření tzatziky a podle chuti opepříme čerstvě namletým pepřem. Vmícháme pažitku a nakonec i tatarskou omáčku, které můžeme i přidat, nedržíme-li štíhlou linii. Pokud je třeba, ještě osolíme.

Osvěžující okurkový salát podáváme v mističkách jako přílohu k masu, ale klidně i jako hlavní chod s pečivem.