

Žampionový salát s masem

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Sójová omáčka 1 ks
- Čínské nudle 1 ks
- Čínské zelí 1 ks
- Ananas 1 ks
- Vařené maso 1 ks
- Sůl 1 špetka
- Sterilované žampiony 400 g

Doba přípravy: 25 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Čína

Počet porcí: 4

Postup:

Zbytky vařeného nebo pečeného drůbežího masa nakrájíme nadrobno. Žampiony otevřeme a scedíme. Čínské zelí očistíme a nakrájíme na nudličky. Čínské nebo široké nudle uvaříme podle návodu na obalu. Z citronu vymačkáme šťávu.

Žampiony smícháme s masem, zelím a ananasem. Můžeme použít sterilovaný i čerstvý ananas. Nakonec přidáme nudle. Salát důkladně promícháme a ochutíme citronovou šťávou a sójovou omáčkou. Případně použijeme sůl a salát rozředíme několika lžícemi vody.

Žampionový salát s masem promícháme a necháme v lednici uležet. U jednotlivých ingrediencí není uvedeno množství, protože je zcela závislé na individuální chuti, dávkování mimo žampionů je

libovolné, záleží jen na tom, co máme k dispozici.