

Zdravý zeleninový salát se sýrem

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Zelená paprika 1 ks
- Rajče 5 ks
- Tavený sýr 5 ks
- Červená paprika 1 ks
- Cibule 5 ks
- Žlutá paprika 1 ks
- Mrkev 1 ks
- Sůl 1 špetka
- Polní okurka 5 ks

Doba přípravy: 45 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Do větší mísy nakrájíme na drobné přibližně stejné kusy veškerou omytou a očištěnou zeleninu, kromě mrkve.

Mrkev nakrájíme na špalíčky zhruba 3 cm silné, vložíme je do mixéru a nařezeme na nudličky.

Připravenou zeleninu vložíme do mísy a přidáme tavený sýr. Jemně promícháme a hodinu necháme salát uležet.

Sýr se nám trošku rozpustí a můžeme si pochutnat nejen na ochucené zelenině, ale i sýrovém nálevu.

Zeleninový salát podáváme s pečivem nebo jako samostatný pokrm.