

Čočkový salát s cibulí

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Citrónová šťáva 3 lžíce
- Pórek 1 ks
- Paprika 1 ks
- Olivový olej 1 ks
- Cibule 2 ks
- Pepř, sůl 1 špetka
- Ocet 4 lžíce
- Čočka 250 g

Doba přípravy: 45 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Pokud je třeba, namočíme čočku den předem do vody. Na mírném ohni ji vaříme doměkka. Čočku nesolíme! Pak ji scedíme, necháme vychladnout a přesypeme do mísy.

Cibuli a pórek očistíme, nakrájíme na přiměřené kostky nebo plátky a přidáme je do mísy k čočce. Papriku očistíme, zbavíme jádřince, nakrájíme na kostičky a také přidáme do mísy. Salát opepříme, pokapeme olivovým olejem, octem, citronovou šťávou a podle chuti salát osolíme. Můžeme přidat majonézu nebo tatarku, případně sterilované okurky, ale není to podmínkou.

Salát necháme vychladit a podáváme jako přílohu nebo s pečivem.

