

Zeleninová bomba

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Rajče 2 ks
- Balkánský sýr 40 g
- Barevná paprika 2 ks
- Salátová okurka 1 ks
- Citrusový olivový olej 1 lžíce
- Sůl 1 špetka
- Tofu 80 g

Doba přípravy: 30 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Bulharsko

Počet porcí: 4

Postup:

Okurku, papriky a rajčata nakrájíme na drobné kostky. Tofu a balkánský sýr nastrouháme na hrubém struhadle.

Do mísy k zelenině přidáme sýr a tofu. Lehce osolíme. Zalijeme citronovým olivovým olejem a promícháme. Zeleninovou bombu dáme vychladit.

Zeleninovou bombu podáváme jako letní osvěžení plné vitamínů.