

Těstovinový salát se zeleninou

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Červená paprika 1 ks
- Rajče 2 ks
- Žlutá paprika 1 ks
- Těstoviny 1 ks
- Zelená paprika 1 ks
- Sýr 1 ks
- Majonéza 1 ks
- Pepř, sůl 1 špetka

Doba přípravy: 35 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Těstoviny uvaříme ve vroucí osolené vodě podle návodu na obalu. Uvařené je scedíme a necháme vychladnout.

Zatím si očistíme a nakrájíme papriky a rajčata na kostičky. Sýr také nakrájíme na kostičky.

Okapané studené těstoviny vsypeme do větší mísy, přidáme majonézu a nakonec podle chuti salát osolíme, opepříme, případně můžeme přidat pravou sójovou omáčku nebo jiné koření. Majonézu můžeme nahradit jogurtem. Salát bude zdravější a dietnější.

Těstovinový salát se zeleninou podáváme nejraději vychlazený.