

Květákový salát s okurkou

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Květák 1 ks
- Bílý jogurt 150 g
- Cibule 1 ks
- Kopr 1 lžička
- Citrónová šťáva 2 lžíce
- Sterilované okurky 1 ks

Doba přípravy: 10 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Zeleninu očistíme. Očištěný květák a okurku nastrouháme na hrubším struhadle. Cibuli nakrájíme nadrobno.

V míse smícháme květák s okurkou a cibulí. Vmícháme jemně nasekaný kopr nebo petrželku. Salát osolíme, pokapeme citronovou šťávou a smícháme s jogurtem.

Květákový salát s okurkou lehce vychladíme a můžeme podávat. Salát je vhodný jako lehká svačina v létě nebo příloha k masu.