

Ovocný salát se zelím

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Citrónová šťáva 2 lžička
- Červené jablko 1 ks
- Med 1 lžíce
- Anýz 1 ks
- Bílé zelí 400 g
- Kysaná smetana 6 lžíce
- Hroznové víno 250 g
- Pepř, sůl 1 špetka

Doba přípravy: 15 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Jablko omyjeme, zbavíme jadřince, nakrájíme na malé kostičky a ihned zakapeme citronovou šťávou. Hroznové víno propláchneme a necháme okapat. Zelí jemně nakrouháme.

Zvlášť promícháme kysanou smetanu, med, anýz, sůl a pepř.

Do hluboké mísy dáme připravené ovoce, jemně krouhané zelí, promícháme se zálivkou a dobře promícháme.

Ovocný salát se zelím podáváme vychlazený k vařeným masům.

